

Awtobiograpy nas yys Yogi

Synougð door

**dy meiritwyuy ymmaYm nas
laraPhasma Nogasasda**

restawran, at walang piano sa sulok, dalawang babae lang ang nakaupo sa paligid ng isang mesa. Sa wakas, naunawaan ng aming kaibigan na siya ay nalinlang ng sarili niyang mga pantasya.

Sa aking mga esoteric na pangitain tungkol sa mga planeta, madalas akong nakakakita ng mga nakakatakot na pangyayari, ngunit para sa akin ay parang isang pelikula ang mga ito. Ang mundo ay nilayon upang aliwin tayo, hindi upang pahirapan o takutin tayo. At ginawa ng Diyos na Makapangyarihan ang drama ng Kanyang nilikha na hindi kapani-paniwalang kumplikado, puno ng mga kontradiksyon ng mabuti at masama.

Dapat nating sanayin ang ating sarili na maunawaan ang ating nakatagong espirituwal na kalikasan. Ngunit imposible ito hangga't patuloy nating nililimitahan ang ating mga iniisip sa pisikal na katawan. Ang patuloy na pagkahumaling sa mga materyal na bagay ay nagpapa-materyalistiko sa atin at pumipigil sa ating mga espirituwal na mithiin. Dapat nating gawing pinakamahalagang konsiderasyon ang Diyos sa ating buhay. Kung ilalagay natin Siya sa pangalawang posisyon, hindi Siya lalapit sa atin, at hindi natin Siya makikilala. Ang mga tukso ng mundo ay marami at palaging naroroon. Ang mga nagnanais ng espirituwalidad ay dapat paganahin ang kanilang kalooban at tahakin ang kanilang landas sa masukal na kagubatan ng mga tukso upang maabot ang isang ligtas at payapang kaharian.

Ang ethereal na pag-akyat sa planeta ay maaaring maranasan nang may kamalayan lamang kapag ang isang tao ay pumasok sa malalim na estado ng espirituwal na kaligayahan, na nagpapalawak ng kanilang kamalayan sa mas mataas

na antas ng kamalayan. Sa pamamagitan ng kanilang espirituwal na mata, maaari nilang madama ang anumang punto sa kalawakan, maging sa mundong ito o sa ethereal na kaharian. Maaari rin nilang malampasan ang mga limitasyon ng oras at espasyo. Ang ilang mga indibidwal na maunlad sa espirituwal ay may kakayahang paikliin ang kanilang ethereal at maging ang pisikal na katawan sa anumang lokasyon. Ang estadong ito ay tinatawag na bilocation, o dual presence, kung saan ang isa ay maaaring nasa dalawa o higit pang lugar nang sabay-sabay. Sa estadong ito, ang pisikal na katawan ay nasa isang estado ng suspended animation, na katulad ng isang kawalan ng ulirat. Kapag naabot ng master ang pinakamataas na yugto ng espirituwal na kaligayahan (ang yugto ng banal na kaalaman), maaari nilang gampanan ang lahat ng kanilang mga tungkulin nang normal habang nananatiling nakalubog sa isang sagradong estado ng rapture.

Ang sinumang humihingi ng kanlungan sa Diyos ay hindi maaaring saktan ninuman, at wala siyang dapat ikatakot hangga't naniniwala siya sa Diyos at mahigpit na sumusunod sa Kanyang patnubay. Ngunit kapag hinayaan ng isang tao na pumasok sa kanyang isipan ang mga negatibong kaisipan at naniniwala na may isang taong nagtatangkang manakit sa kanya, binibigyan niya ang taong iyon ng kapangyarihang gawin ito.

Isipin mo na may nagpadala sa iyo ng maling ideya, at tinanggap mo ito. Walang alinlangang masasaktan ka nito. Ngunit may kapangyarihan kang tanggihan ang masasamang kaisipan. Huwag matakot sa mga may masamang hangarin, dahil walang makakaimpluwensya sa iyo maliban kung mahina ang iyong sikolohikal. Ang takot at saradong isipan ay

nagpapahintulot sa kasamaan na pumasok. Ngunit kapag pinanindigan mo sa iyong sarili, "Ang Diyos ay sumasaakin at pinoprotektahan ako," tanging kabutihan ang darating sa iyo mula sa mga iniisip ng iba. Kahit na may magpadala sa iyo ng masasamang kaisipan, hindi ka maaabot ng mga ito; sa halip, tatalikod ang mga ito sa nagpadala, sasaktan siya sa mga paraang alam niya o hindi niya alam. Palibutan ang iyong sarili ng Diyos at maghanap ng kanlungan sa Kanyang banal na pangalan, ang pinakamalakas na kapangyarihan sa sansinukob. Ito ay isang hindi matitinag na pader kung saan nababasag ang lahat ng palaso ng kasamaan, kasinungalingan, at pagkukunwari, at kung saan ang lahat ng negatibong kaisipan ay inililihis at itinataboy pabalik sa kanilang pinagmulan at pinagmulan!

Huwag pansinin ang mga puwersa ng mga multo at mga ligaw na espiritu, o ang mga nagsasagawa ng itim na mahika. Maraming dakila at patuloy na puwersang kosmiko ang naglalaro sa mga larangan ng buhay. Mayroong isang digmaang kosmiko sa pagitan ng mabuti at masama. Ngunit walang takot para sa mga tapat na mananampalataya na kumikilos ayon sa kanilang pananampalataya at mabubuting intensyon, sapagkat ang kabutihan ang mananaig sa huli.

Ang mundong ito ay pinamamahalaan ng mga dinakikitang nilalang at puwersa: Ang Diyos, ang Kanyang mga propeta, at ang Kanyang mga banal sa isang panig, at si Satanas, ang kanyang mga alipores, at ang kanyang masasamang alyansa sa kabilang panig. Mayroong isang malaking labanan sa pagitan ng Diyos at ng Kanyang mga anghel at ni Satanas at ng kanyang mga kakampi. Ang problema ay hindi maaaring ituring na ilusyon lamang. Kung hindi

umiral si Satanas, hindi natin hihingi ng tulong sa Diyos laban sa kanya. May kasamaan at dapat labanan sa lahat ng paraan at pamamaraan.

Nang likhain ng Diyos ang sangkatauhan, nilikha rin Niya si Satanas. Si Satanas, taglay ang kanyang mapanlinlang na kapangyarihan, ay umiiral upang subukin ang mga tao. Maliban na lang kung ang apoy ay tumutunaw ng bakal, ang bakal ay hindi maaaring mamartilyo o mahulma. Kaya kapag dumarating ang sakit o kirot, tandaan na ito ay isang pagsubok na dapat lampasan. Huwag magreklamo o mabagabag sa mga ganitong pagsubok. Maraming dakilang kaluluwa ang namatay dahil sa matinding karamdaman at nagtiis ng matinding pagdurusa. Ang ilan ay dinanas ng malubhang kapansanan, ngunit pinanatili nila ang kanilang pananampalataya at kuntentong nagpatuloy sa pinakamataas na kaluwalhatian.

Ang ating planetang Daigdig ay isa sa mga lugar na may pinakamakapal na populasyon. May mga mundong higit na mas maganda kaysa sa Daigdig na ito, na puno ng lahat ng uri ng problema at paghihirap. Gayunpaman, hindi tayo nalilimutan ng Diyos sa Kanyang awa; sa halip, sinusubukan Niya tayong tulungan sa maraming paraan upang malampasan ang ating pagdurusa at mga balakid na humahadlang sa ating daan.

Ang Diyos, ang Kanyang mga anghel, at milyun-milyong mabubuting espiritu ay nagsisikap na magtatag ng isang sagradong kaayusan ng pagkakasundo sa Lupa. Ang bawat mabuting katangian at kapaki-pakinabang na katangian ay nagmumula sa isang mabuting espiritu, dahil ang mabubuting espiritu ay patuloy na naghahasik ng mga binhi ng banal na mga kaisipan at intensyon sa lupa ng ating mga isipan. Gayunpaman, kasabay nito,

ang hari ng kadiliman—si Satanas—sa tulong ng kanyang mga tagasunod na masasamang espiritu, ay lumilikha ng kaguluhan at gulo sa mundo. Sino pa nga ba kundi si Satanas ang lumikha ng mga mikrobyo ng sakit? Nagdala siya ng maraming uri ng salot, pagkatapos ay tuberculosis, at isa pang nakamamatay na karamdaman, kanser, at iba pa—pawang mga pamamaraan ng demonyo upang pahirapan ang sangkatauhan. Ngunit binibigyang-inspirasyon ng Diyos ang maraming mananaliksik na lumikha ng bago at kapaki-pakinabang na mga paraan upang lipulin ang sakit.

Ang kasiyahang sekswal ay isang mapanlinlang na katumbas ng banal na kaligayahan. Kapag ang pakikipagtalik ay inihihiwalay mula sa tapat na pag-ibig at ginagamit upang masiyahan ang makahayop na likas na ugali, ito ay nagiging isang kasangkapan sa mga kamay ni Satanas upang panatilihing bihag ng mga pandama ang kamalayan ng tao, na walang kakayahang maranasan ang banal na kamalayan.

Mayroong huwad na trinidad na nilikha ng diyablo bilang kapalit ng espirituwal na kaligayahan. Ang trinidad na iyon ay walang pigil na kalibugan, ang pagnanasa sa alak, at ang kasakiman sa pera.

Nang makaranas sina Adan at Eba ng sekswal na sensasyon, nahulog sila mula sa Paraiso, nawalan ng banal na kamalayan na nagbigay-daan sa kanila upang maranasan ang pakikipag-isa sa Diyos sa espirituwal na kaligayahan. Samakatuwid, sila ay pinalayas mula sa Hardin ng Eden. Simula noon, napilitan ang sangkatauhan na magparami nang sekswal, tulad ng lahat ng iba pang nilalang. Ang babae ay nanganganak sa isang masakit at mahirap na paraan. Pagkatapos, dapat tanggapin ng mag-asawa ang kung ano ang mayroon sila. Kung mayroon

silang makasarili at may depektong anak, obligado silang palakihin ito. Sa simula, taglay nila ang kapangyarihang lumikha ng anumang naisin nila sa pamamagitan ng kapangyarihan ng pangangatwiran, tulad ng ginagawa ng Diyos. Pagpalain ang mga unang araw ng kawalang-muwang. Tunay nga, ang mga ito ay masaya at maluwalhating mga araw.

At pagkatapos ng lahat ng ito, sa huli, si Satanas mismo ay magiging instrumento sa mga kamay ng Diyos. Hindi tinutupad ni Satanas ang kanyang mga pangako sa sangkatauhan, at samakatuwid, ang mga bigo at nawalan ng pag-asa ay bumabaling sa tapat na Panginoon para sa tulong at upang matupad ang kanilang mga pag-asa.

Pero hindi natin kailangang maghintay na mabigo para mag-udyok sa atin na bumaling sa Diyos. Hindi natin dapat ilagay lahat ng ating mga itlog sa iisang basket.

Hindi natin dapat ikulong ang ating mga pag-asa para sa kaligayahan sa marupok na basket ng katawan at sa mga panandaliang kasiyahan ng mundo.

Mga kaibigan, makinig tayo sa tinig ng Diyos na nagsasalita sa atin sa pamamagitan ng ating mabubuting kaisipan. Ang Diyos, ang Kanyang mga propeta, at ang Kanyang mga espiritu ng mga anghel ang lumilikha ng mga marangal na kaisipang ito. Si Satanas at ang kanyang mga alipores ay lumilikha ng mga kaisipan at tukso ayon sa kanilang sariling wangis.

Tuwing may sumagi sa isip mo na masamang kaisipan, iwaksi mo ito nang walang pagsisisi, at hindi na mailalapat ng diyablo ang kanyang impluwensya sa iyo at saktan ka. Tandaan na sa sandaling mag-isip

ka nang mali, lumalapit ka nang isang hakbang sa diyablo.

Ang tao ay patuloy na gumagalaw, pabalik-balik sa pagitan ng mabuti at masama

Para makatakas sa diplomasya na ito, kailangan mong pumunta kung saan hindi maaabot ng kamay ng diyablo at ng kanyang mga alipores, Patungo sa puso ng Diyos , at sumainyo ang kapayapaan.

Balanseng pangkaisipan sa gitna ng mga pagbabago

Binibigyang-diin ng mga Kanluranin ang pisikal na ginhawa. Kapag napakainit ng panahon, nagdurusa sila dahil sa kakulangan ng lamig, at kapag napakalamig, nakakaramdam sila ng discomfort dahil sa kawalan ng artipisyal na pag-init. Ngunit ibang pilosopiya ang itinuturo ng mga gurong Indian. Sinasabi nila na ang sensitibidad sa init at lamig, kasiyahan at sakit, ay nagmumula sa mga ilusyonaryong mungkahi ng mga mapanlinlang na pandama at mula sa pakikipag-ugnayan at pagtugon ng isang tao sa kanilang walang katapusang mga hinihingi. Gayunpaman, ang matalinong tao ay ang nakakatakas sa paghawak ng .mga pandama at lumalampas sa lahat ng dualidad

Hindi iminumungkahi ng mga dakilang palaisip na dapat disiplinahin ang sarili hanggang sa puntong mapinsala ang katawan. Sa halip, ipinapayo nila na palayain ang sarili sa pag-iisip mula sa pakiramdam ng init o lamig kapag ang init o lamig ay hindi na matiis, habang sabay na naghahanap ng .makatwirang lunas para sa kondisyong iyon

ni Gita : “Ang mga taong nababalot ng mga kasiyahang pandama ay hindi makakamit ang balanseng pangkaisipan na kinakailangan para sa pagmumuni-muni, ni hindi sila makakaisa sa Diyos sa pamamagitan ng lubos na ”. kaligayahan ng espirituwal na kaligayahang Samadhi

Kapag nagawa ng isang tao na ihiwalay ang kanilang sarili sa mga pandama, makakamit nila ang panloob na

kapayapaan. Sa pamamagitan ng pananatiling hindi naaapektuhan ng mga papasok at paalis na sensasyon, ipinapakita nila ang mahalaga at hindi nagbabagong katahimikan ng kaluluwa. Sa matatag at nananatiling matibay na kamalayang iyon, sila ay nagiging isa sa ganap, .walang hanggan, at hindi nagbabago

Ang isang pasibong tugon sa lahat ng sensasyon ng katawan ay nakakagambala sa isip at kaluluwa. Kapag ang kaluluwa ay nababagabag, nawawala sa isang tao ang kanilang tunay na kalikasan, na siyang katahimikan. Ang Diyos ay naroroon sa pinakamainit at pinakamalamig na lugar sa Mundo. Siya ay nasa Arctic at sa Empty Quarter, hindi naaapektuhan ng matinding kondisyon at temperatura ng Kanyang nilikha sa lupa. Ang mga tao, na nilikha ayon sa Kanyang wangis, ay dapat magsikap na tularan ang Kanyang pag-uugali. Inilagay tayo ng Diyos sa katawang ito, na napapailalim sa init at lamig, kasiyahan at sakit, ngunit nais Niya na tingnan natin ang mga dualidad na ito nang may balanseng pag-iisip. Nais Niya na malampasan natin ang lahat ng anyo ng dualidad. Dapat nating linangin ang lakas at tibay nang walang kawalang-ingat o kawalan ng pananaw. Kapag hindi natin maiiwasan ang matinding init o lamig, dapat nating ihiwalay ang ating mga isip mula sa mga ito. Habang mas nagsisikap tayo na gawin ito, mas pinalalaya ng isip ang sarili nito, upang ang mga hindi gustong sensasyon ay hindi negatibong makakaapekto sa ating kamalayan o .damdamin

Ang ibabaw ng balat ay hindi nakakaramdam ng paghipo; ang mga sensasyong ito ay pinoproseso sa utak. Ang isang tao ay maaari lamang makatikim, makahawak, makaamoy, makarinig, o makakita sa pamamagitan ng isip. Tila nararanasan natin ang lasa sa ibabaw ng dila, ngunit ang utak talaga ang nagrerehistro sa lasang iyon. Gayundin, kapag ang isang bahagi ng katawan ay nasugatan, ang sakit ay pangunahing nararamdaman sa isip, hindi sa apektadong

organ. Mayroon tayong dalawang mekanismo para maramdaman ang sakit: ang nerve at ang brainstem. Nangyayari ang sensasyon kapag pinapayagan ng utak ang komunikasyon sa pagitan ng nerve at brainstem. Maliban kung makilala ng utak ang sakit, walang sakit. Ito ang kahanga-hangang pagtuklas ng mga dakilang guro ng India. Kapag ang isang tao ay nasa ilalim ng impluwensya ng chloroform o isang pampamanhid, hindi sila nakakaramdam ng sakit dahil ang mga sensasyon ay hindi nakakarating sa utak. Sa mga dulo ng nerve ay may maliliit na buhok kung saan ipinapadala ang mga signal ng sakit sa utak. Pinipigilan ng pampamanhid ang paghahatid ng mga signal ng sakit na .ito

Ang utak ay ang pandama na organo ng isip, at lahat ng sensasyon ng katawan ay ipinapadala dito sa pamamagitan ng mga nerbiyos at ng utak mismo. Dahil ang isip ay konektado sa utak, natatanggap at binibigyang-kahulugan nito ang mga sensasyong ito. Ang isang isip na pinalakas ng positibong pag-iisip ay hindi gaanong naaapektuhan ng mga sensasyon ng kasiyahan at sakit. Alam nito ang mga .sensasyong ito ngunit hindi ito nakatali sa mga ito. Binigyan ang mga tao ng pandama upang protektahan ang kanilang mga katawan. Kung wala ito, maaaring magdusa ang isang tao ng matinding hiwa o paso nang hindi namamalayan. Hindi nabuo ng mga hayop ang kakayahang ito, at samakatuwid ay hindi gaanong nahahalata ang kanilang pakiramdam ng sakit; kung hindi, hindi matiis ang kalupitang dulot sa kanila sa pamamagitan ng ilang mga pamamaraan ng pagpatay at pagkatay. Halimbawa, ang mga alimango ay itinatapon sa kumukulong tubig habang !buhay pa

Dahil ang sakit at kasiyahan ay parehong likha ng isip, ang pisikal na sakit ay maaaring maibsan sa pamamagitan ng pagsasanay ng pagkontrol sa isip. Kung gayon, maaaring makaranas ang isang tao ng isang sensasyon bilang isang

indikasyon ng isang abnormal na kondisyon nang hindi nakakaramdam ng sakit. Tinatalakay ito ng Bhagavad Gita nang mas malalim. Ang pagiging hypersensitive sa kasiyahan o sakit ay nagpapatindi ng kanilang mga epekto, habang ang nabawasang sensitivity ay nagpapababa ng epekto ng sakit at nagpapaalipin sa mga pandama. Sinanay ko ang aking katawan at isip na maging hindi gaanong sensitibo sa stimuli at natagpuan ko ang aking sarili na malaya mula sa mga pang-abala ng pandama. Ang pagsasanay na ito ang landas tungo sa paglaya mula sa pagkakahawak ng mga pandama at sa kanilang walang .katapusang mga hinihingi

Isang doktor ang nagtataglay ng gayong katatagan ng pag-iisip kaya nagawa niyang magsagawa ng isang mapanganib na operasyon sa kanyang sarili! Siyempre, imposible ito para sa isang isip na inaalipin ng mga pisikal na kalakip. Ngunit sa pamamagitan ng pagsasanay, ang isip ay maaaring maging napakalakas. Habang mas sinasanay at pino ang isang tao sa kanyang isip, mas malaki ang kontrol na magagawa nila dito. Ang isang batang spoiled ay labis na nababagabag kahit sa pinakamaliit na pinsala, habang ang isang batang sinanay sa katatagan at pagtitiis ay bihirang mawalan ng malay o umatras sa sakit kahit na mula sa .malubhang pinsala

Sa ganitong aspeto, ang pamamaraan ng pagsasanay na itinataguyod ng mga dakilang gurong Indian ay lubos na naiiba sa itinaturo sa Kanluran. Sinasanay ng mga espirituwal na guro ng India ang kanilang mga disipulo upang lubos na palayain ang kanilang sarili mula sa pagkaalipin sa katawan at mga pandama nito. Ang mga kaginhawahang nalinang sa Kanluran ay hinihikayat ang pagpapakasasa sa katawan, at bilang resulta, ang pagsisikap na ibinubuhos sa pagpapaunlad ng mga kakayahang pangkaisipan ay minimal at bale-wala. Sa India, natututo tayo (sa mga retreat ng ating mga gabay) kung paano pigilin

ang kapangyarihan ng mga pandama nang maaga upang hindi tayo maalipin ng mga ito. Sa aking paaralan sa Ranchi, Bihar, minsan ay pinapatulog namin ang mga bata sa maliliit na banig sa matigas na lupa, at lumaki silang malusog at .malakas, kapwa sa pisikal at mental

Sanay ang mga Kanluranin sa maraming panlabas na paraan ng pagrerelaks at mahimbing na pagtulog. Sa India, dati kaming nakaupo sa mainit na buhangin para sa pagmumuni-muni. Unti-unti, nagawa naming umupo sa init buong araw, at sa lamig din. Bilang resulta ng pagsasanay na ito, nagkaroon ako ng kakayahang pangkaisipan na walang makakagambala o makakaapekto sa aking kamalayan. Kapag idinidiskonekta ko ang aking isip mula sa .aking mga pandama, wala akong anumang nababagabag

Maraming taon na ang nakalilipas, ang panahon ay napakainit, at lahat ay hinihingal. Dahil sa pakikipag-ugnayan sa akin, ang kanilang pagkailang ay nalipat sa akin, na pumipigil sa akin na mag-concentrate at magsulat ng mga artikulo. Pagkatapos ay pinagalitan ko ang aking sarili, .sinasabing, "Bakit ganito ang lahat?" at nanalangin sa Diyos

Oh Panginoon, ang parehong kuryente ang lumilikha ng" init sa oven at yelo sa refrigerator. Kaya banayad ang

"!panahon

Agad na naging kaaya-aya ang kapaligiran para sa akin, na parang may nakapalibot na niyebe sa aking katawan, at nagsimula akong makaramdam ng labis na inspirasyon at .sumulat nang walang anumang kahirap-hirap

Minsan, ilang taon na ang nakalilipas, nasa isang road trip ako sa iba't ibang estado sakay ng isang bukas na kotse kasama ang isang grupo ng mga batang estudyanteng tumutuklas sa sarili, isa na rito ang aking sekretarya. Nakatulog kami sa kotse, nagsasalo sa isang maliit na kumot. Napakalamig ng gabi. Nang mahimbing akong natutulog, hinila niya ang kumot sa akin, at nang medyo gising na ako, hindi ko namamalayang nahila ko ang kumot

sa kanya! Nagpatuloy ito nang ilang sandali. Pagkatapos ay sinabi ng aking isipan, "Bakit ka nagkakaganyan? Ayos lang
"!ang lahat. Mainit ka

Pagkatapos ay itina-pon ko ang kumot, umupo, at nagsimulang magnilay-nilay hanggang sa ang aking katawan ay maging kasing-init ng isang tinapay. Nang magising ang mga disipulo pagkalipas ng dalawang oras, nanginginig sa lamig, natagpuan nila akong hindi gumagalaw. Naligaw ako sa banal na kaligayahan, at sa pag-aakalang ako ay patay na, sinubukan nila akong gisingin mula sa aking espirituwal na pagkahumaling sa pamamagitan ng kanilang mga sigaw.

Ngunit ngumiti ako at sinabi, "Bakit ang ingay-ingay, mga binata? Magpatuloy na tayo sa ating paglalakbay." Tutol sila, "Nakaupo kayo sa nagyeyelong lamig nang walang amerikana o kumot!" Ngunit hindi ako sinipon. Ako lang ang
!mainit

Ang kailangang gawin ay sanayin ang isip na maging mas positibo. Kung determinado kang hindi ka sipunin, bababa ang posibilidad na magkaroon nito. Dapat ding sanayin ang isip upang malampasan ang sakit. Pinapalaki ng sensitibidad ng isip ang sakit, at ang pagpapalaki ng sakit ay nangangahulugan ng paglimot sa imahe ng Diyos sa loob ng .sarili—ang sagrado at di-magapi na imahe

Sinabi ng mga sinaunang pantas ng India na lahat ng gawi ay nagsisimulang mabuo sa isang tao sa edad na tatlo.

Napakahirap baguhin ang mga gawi na ito kapag ang mga ito ay nakatanim na at malalim na nakaugat sa malay na pag-iisip. Kung ang iyong pamilya at kapaligiran ay nakapagtanim na sa iyong isipan ng mga gusto at ayaw mo, ang mga impresyong ito ay maaaring manatili sa iyo habang buhay. Ang unang bagay na natutunan ko mula sa aking matalinong tagapagturo, si Sri Yuktiswar, ay ang pagtagumpayan ang mga sikolohikal na impulso na may kaugnayan sa mga sensasyon. Noong una akong pumunta sa kanya para sa pagsasanay, sisipunin ako kung hindi ako

gagamit ng mainit na kumot sa malamig na panahon. Ngunit tinuruan ako ng aking guro kung paano gamitin ang kapangyarihan ng aking isip upang malampasan ang tendensiyang ito. Bilang resulta, nakalaya ako mula sa sipon na sumalot sa akin mula pagkabata hanggang sa matanggap !ko ang pagsasanay ng master

May mga taong nagsasabing dapat lamang tayong umasa sa katwiran. Ang iba naman ay naniniwala na dapat nating bigyang-kasiyahan ang ating mga pandama.

.Parehong sukdulan ang dalawang posisyon

Ayon sa isang teorya, ipinapayong magpa-checkup nang regular upang matiyak ang kalusugan at kagalingan ng katawan, tulad ng pagpapa-inspeksyon ng iyong sasakyan paminsan-minsan. May katuturan ito. Ngunit ang mga tao ay hindi makina. Kung ang iyong kalusugang pangkaisipan ay nakasalalay sa iyong pisikal na kondisyon, sa malao't madali ang isip ay magiging alipin ng mga hinihingi ng katawan, na magiging dahilan upang hindi maging epektibo ang lahat ng uri at dami ng gamot at iba pang pisikal na paggamot. Ito ang nagpapaliwanag kung bakit tayo dumaranas ng mga sakit na walang lunas. Ang pisikal na kahinaan ay naging matatag dahil ang isip ay tumangging maging panginoon ng .katawan

Pinakamainam ang pagiging katamtaman sa simula pa lang. Kung nagtamo ka ng maliit na pinsala, lagyan ng kaunting iodine, ngunit huwag umasa nang lubusan sa gamot. Gumawa ng makatwiran at naaangkop na pag-iingat hanggang sa unti-unti kang makaasa nang higit pa sa katwiran. Ang mga dakilang guro mismo ay gumamit ng mga gamot na orihinal na gawa sa mga halamang gamot at kemikal na nilikha ng Diyos. Ang mga gamot at droga ay hindi mahalaga para sa isang espirituwal na guro, ngunit upang ipakita na ang kapangyarihan ng Diyos ay gumagana sa hindi mabilang na paraan, maaari nilang paminsan-minsang piliin na gumamit ng ilang mga paghahandang

panggamot. Sa anumang kaso, ang tagumpay ay nasa kapangyarihan ng katwiran. Kapag naabot mo na ang matibay na paniniwala na kaya mong mabuhay nang wala ang lahat ng gamot nang walang anumang masamang epekto, magtatagumpay ka at magkakaroon ng .kapangyarihan sa katawan

Minsan, nabali ang braso ng isang guro at hinayaan itong gamutin at bendahan. Nang dumalaw ang isang mayamang lalaki pagkatapos ng aksidente, inakala ng mga nag-aalalang estudyante na mabibigo ang bisita nang makita ang braso ng guro na nakasuot ng lambanog (nakasabit sa kanyang leeg). Sinabi ng guro sa bisita, "Tulad ng nakikita mo, bali ang braso ko at nasasaktan ako. Iniisip ng mga estudyante na kapag nakita nila ang bali kong braso, iisipin nilang pinabayaan na ako ng Diyos at hindi na ako ".inaalagaan. Huwag mo silang pansinin

Sa isa pang pagkakataon, ang guro ring iyon ay umaawit sa Diyos sa isang napakagandang kalagayan nang siya ay mahulog sa isang kalapit na tumpok ng nagbabagang uling. Gayunpaman, nagpatuloy siya sa pagkanta. Nang buhatin siya ng mga estudyante, natuklasan nilang may ilang бага na dumikit sa kanyang likod at tinutusok ang kanyang laman. Kinilabutan sila sa nakapangingilabot na tanawin, ngunit ngumiti ang guro at mahinahong nagsabi, "Burahin mo na lang ang mga бага sa halip na mag-asaran!" Hindi siya nagreklamo ng anumang sakit. Ito ang mental transcendensya na ipinapakita ng mga guro. Sa pagkakataong ito, pinatunayan ng guro na talagang hindi niya kayang tiisin ang sakit. Sa unang pagkakataon, ipinakita niya na apektado siya ng sakit ngunit tiniis ito nang .may pagtitiis at pagpapakumbaba

Dapat magkaroon ng matatag na paninindigan patungkol sa katawan at sa mga hinihingi nito. Nakasaad sa mga banal na kasulatan na ang mga konsepto ng init at lamig, kasiyahan at sakit ay nagmumula sa pakikipag-

ugnayan ng mga pandama sa mga pinagmumulan ng mga damdaming o sensasyong iyon. Gayunpaman, ang mga damdamin at sensasyong ito ay limitado ng isang simula at isang wakas. Ang mga ito ay panandalian at panandalian lamang at samakatuwid ay dapat tiisin nang may pagtitiis at pagtitiis. Bakit dapat maapektuhan ng kaunting lamig o sakit? Ang higit na katapangan sa sikolohikal ay dapat linangin sa pamamagitan ng pagsasanay sa isip upang magtiis hanggang sa tuluyan itong makabangon sa lahat ng iba pang anyo ng sakit at pagdurusa.

Ang katawan ay isa lamang hawla na nababalutan ng laman, kung saan ang ibon ng buhay ay nabubuhay sa limitadong panahon. Ang buhay mismo ay ganap na malaya sa katawan, ngunit ang buhay ay nakaugnay at nakagapos sa limitado at mahigpit na mga estado ng katawan, at dahil dito ito ay nagdurusa.

Sa oras ng paggising, may kamalayan ka sa mga pisikal na sensasyon. Ngunit habang natutulog, kapag ang iyong isip ay malaya sa katawan, hindi mo namamalayan ang mga sensasyong iyon, sa halip ay nakakaranas ka ng malalim na kapayapaan.

Dahil ang tao ay nilikha ayon sa wangis ng Diyos, kaya niyang mamuhay sa katawan nang ganap na hiwalay sa mga pandama ng katawan. Ngunit sa halip, kinukuha niya ang mga kalagayan ng katawan at ginagawang mas makatotohanan ang mga ito.

Upang maging malaya mula sa mga sensasyon, dapat ihiwalay ng isang tao ang sarili sa katawan. Kaya naman ipinapayo ng mga santo ang sikolohikal na transendensiya ng kasiyahan at sakit, at makakamit lamang ito sa pamamagitan ng pagsasanay. Napatunayan ko na ang katotohanang ito sa aking sarili at alam ko na ang labis na sensitibidad ay nagdudulot ng maraming pinsala. Ang mapagpasakop na pagsunod sa mga hinihingi ng mga pandama ang ugat ng lahat ng sakit at paghihirap. Hindi

iniutos ng Diyos ang pagdurusa para sa atin. Lumikha Siya ng mga pandama upang gabayan at aliwin tayo, at nilayon Niya at nilayon pa rin Niya na gamitin natin ang pisikal na katawan nang matalino, hindi upang maging labis na nakadikit dito na tayo ay maging miserable at aba. Kung ang isang tao ay lubos na nagmamahal sa isang alagang hayop, tutugon sila sa mga sensasyon ng hayop na iyon, kahit na hindi sila pisikal na konektado dito ng sistema ng nerbiyos. Gayundin, ang ating mga pisikal na sakit ay nagmumula sa .labis na sikolohikal na pagkakabit sa katawan Dapat magkaroon ng mas malaking pangingibabaw ang isip sa katawan. Kahanga-hanga ang mabuhay sa pamamagitan ng kapangyarihan ng isip, dahil kayang gawin ng isip ang anumang hilingin dito. At paano magiging mas umaasa ang isang tao sa isip? Sa pamamagitan ng unti-unting pagsanay sa init at lamig, pagtulog sa matigas na kutson, at pagbabawas ng pagdepende sa mga pamilyar na .ginhawa

Habang nagsasalita ako, hindi ko namalayan ang mataas na temperatura ngayon, pero sa pagbanggit ko pa ...lang sa init, naramdaman ko na agad Minsan, naglelektur ako sa napakainit na panahon. Dagdag pa rito, tumataas ang init sa loob ng aking katawan, gaya ng nangyayari tuwing naglelektur ako tungkol sa mga bagay na espirituwal. Sabi ng aking isipan, "Hindi mo makukumpleto ang lektur nang hindi pinupunasan ang ".iyong pawisang mukha

Kinapa ko ang panyo sa bulsa ko pero wala akong makita. Pagkatapos ay tumingin ako sa espirituwal na mata at bumulong sa aking isipan: "Walang init." Agad na nawala ang nakasusulasok na init at ipinagpatuloy ko ang lektura .nang mahinahon at kasiya-siya, may nakapapawi na lamig Pagsanayan mo mismo ang mga bagay na ito at tingnan kung totoo ang sinasabi ko. Maaari mong palakasin ang sakit sa pamamagitan ng pagiging sensitibo at bawasan ito sa

pamamagitan ng kalayaan sa pag-iisip. Kapag pumanaw ang isang mahal sa buhay, sa halip na labis na kalungkutan, dapat nating tanggapin na sila ay napunta na sa mas mataas na kaharian alinsunod sa kalooban ng Diyos, at alam ng Diyos kung ano ang pinakamabuti para sa kanila. Dapat nating pasalamatan ang Diyos para sa kanilang paglaya at padalhan sila ng mapagmahal na mga saloobin at mabubuting hangarin, hinihiling sa Diyos na tanggapin sila at ipagkaloob ang Kanyang awa at pabor sa kanila sa walang hanggang tahanan kung saan wala silang takot o .kalungkutan

Natural lamang na magdalamhati sa pagkawala ng mga mahal sa buhay; kung hindi, hindi tayo magiging tao. Gayunpaman, ang mga damdamin ng kalungkutan ay negatibong nakakaapekto sa kanila, na nagpapanatili sa kanila na mas malapit sa mundo kaysa sa langit. Ang labis na kalungkutan ay pumipigil sa kaluluwa ng yumaong .umusad tungo sa higit na kapayapaan at kalayaan

Karamihan sa mga naninirahan sa mundo ngayon ay wala rito isang daang taon na ang nakalilipas Ang iba ay narito na bago sa atin At tayo rin ay wala rito sa loob ng ilang taon Ang ating panahon ay matatapos, at ang mga susunod na henerasyon ay hindi tayo maaalala Bagkus, mararamdaman ng mga tao noon, tulad ng nararamdaman natin ngayon, na ang mundong ito ay kanilang mundo, ngunit ito ay aalisin sa kanila, at sila mula rito, isa-isa Ang kamatayan ay dapat na isang pangangailangan ng tao; kung hindi, hindi hahayaan ng Maawaing Diyos na mangyari ito sa sinuman Kaya naman, dapat nating palakasin ang ating pananampalataya sa Diyos at huwag matakot sa kamatayan

Hindi makikilala ng mga natatakot sa kamatayan ang kanilang tunay na pagkatao. Sabi nga ni Shakespeare: "Maraming beses na namamatay ang mga duwag bago ang kanilang kamatayan; ang mga matatapang ay hindi

kailanman nakakatikim ng kamatayan maliban sa isang
".beses

Ginugugol ng duwag ang kanyang mga araw sa isang
estado ng sikolohikal na paghihirap at mabagal na
kamatayan. Ang matapang na tao ay nararanasan lamang
ang huling kamatayan, nang mabilis at walang sakit. Kung
ang isang tao ay namatay sa natural na kamatayan o nasa
espirituwal na antas, ang kanyang espirituwal na kamalayan
ay agad na gigising sa pagkamatay ng katawan, at
matatagpuan niya ang kanyang sarili sa ibang antas ng pag-
iral—isang antas na may lahat ng sensasyon ngunit wala ang
.katawan

Ang persepsyon ay nakabatay sa isip. Sa kamatayan,
hinuhubad ng isang tao ang kanilang siksik na pisikal na
katawan, na isang imahe ng isip ng isang mas mababang
.antas at ang sanhi ng lahat ng mga problema ng kaluluwa
May dalawang uri ng tao: iyong mga patuloy na
nagrereklamo at nananaghoy sa mga problema ng mundo,
at iyong mga nalalampasan ang mga kahirapan sa buhay
nang may ngiti, pinapanatili ang kanilang positibo sa kabila
ng masasamang kalagayan. Hindi na kailangang seryosohin
ang mga bagay-bagay. Kung ang lahat ay mas positibo at
nagkakasundo, ang mundo ay magiging mas magandang
.lugar kaysa ngayon

Sa mga gubat ng sibilisasyon, sa gitna ng mga
paghihirap at kasalimuotan ng modernong buhay,
nakasalalay ang tunay na pagsubok. Lahat ng ginagawa ng
isang tao ay babalik sa kanila, mabuti para sa mabuti, at
masama para sa masama. Ang mga napopoot sa iba ay
kapopootan din bilang kapalit. Ang mga pumupuno sa
kanilang sarili ng mga negatibong kaisipan at
magkasalungat na emosyon ay sumisira sa kanilang sariling
pagkatao at pumapatay sa kanilang sariling kaligayahan.
Kung nagagalit ka, maglakad-lakad at magbilang mula isa
hanggang labinlima, o ilipat ang iyong pokus sa isang bagay

na kaaya-aya at masaya. Kapag inaabuso ka ng iba, hindi matalino na sikaping tratuhin sila sa parehong paraan. Kapag nagagalit ka, kumukulo ang iyong isip, nagdurusa ang mga balbula ng iyong puso, at nauubusan ng sigla at panghihina ang iyong katawan. Magpadala ng mga alon ng kapayapaan at kabutihan na pinakamahusay na nagpapahayag ng tunay na katangian ng iyong kaluluwa, ang banal na imahe sa loob mo. Kung gayon, walang sinuman ang makakayanang yumuyugyog sa iyo o .makagambala sa iyong katahimikan

Sa madaling salita, ang lahat ay nagsisimula sa isipan.

Ang kasalanan ay likha ng isipan. Ang mga batang batang hubad na naglalakad nang walang anumang pakiramdam ng kasalanan. Ang lahat ay dalisay sa isang taong may dalisay at malinaw na pag-iisip, ngunit

Para sa mahalay na taong malaya, lahat ay tila masama

at masama

Kung masama ang kilos ng isang tao, magiging)
masama rin ang kanyang mga hinala, at paniniwalaan niya
(ang nakasanayan niyang isipin

Ang isang walang disiplinang pag-iisip ay lumilikha ng kaguluhan sa ating buhay. Ang mga taong ang isip ay inaalipin ng kanilang mga pandama ay siyang mga pasimuno ng alitan at digmaan, at mga haligi ng kawalang-.katarungan at kadiliman

Inilagay ng Diyos ang ating mga kaluluwa sa mga katawang ito na pinagkalooban ng mga pandama upang tayo ay mabuhay sa mundong ito at matuto mula sa ating sariling mga karanasan at sa karanasan ng iba, nang hindi hinahayaang ang ating kaligayahan ay maimpluwensyahan ng patuloy na nagbabagong mga pangyayari at kalagayan sa ating paligid. Nais ng Diyos na kontrolin natin ang ating mga pagnanasa sa halip na hayaan silang kontrolin tayo, at magkaroon ng balanseng pangkaisipan hindi lamang kapag ang lahat ay maliwanag at masaya, kundi pati na rin sa gitna

ng mga kahirapan at paghihirap. Ang kaalaman sa sarili ay .nagbibigay sa atin ng ganitong kasanayan

Ang sayaw ng buhay at kamatayan ay hindi kailanman tumitigil, ngunit ang tao ay may kakayahang sikolohikal na malampasan ang lahat ng karanasang pandama at hindi .maapektuhan ng mga kontradiksyon ng buhay

Kayang malampasan ng mga tao ang mga limitasyon ng buhay kung titingnan nila ang mga bagay at pangyayari nang may balanseng pananaw. Sa paggawa nito, ipinapakita .nila ang kanilang hindi matitinag na espirituwal na kalikasan

Ang mga nakarating na sa yugtong ito ng disiplina ay namumuhay na parang mga hari sa sangkatauhan at nakikipag-isa sa walang hanggang absolutong hindi .nababago o nababago

Ang mga espirituwal na turo ng yoga ay tumatalakay sa mga detalye ng buhay nang may maingat na katumpakan, na nagtuturo kung paano dapat kumilos sa lahat ng pagkakataon. Ang mga tao ay nilikha ayon sa wangis ng Diyos, ngunit nawalan na sila ng ugnayan sa pinagpalang imaheng iyon at dapat itong muling tuklasin sa kanilang .sarili

Ang purong ginto na nakabaon sa ilalim ng mga bunton ng lupa ay nananatiling purong ginto, na pinapanatili ang lahat ng katangian nito sa kabila ng pagkakatago nito. Upang matuklasan ito, dapat maghukay nang malalim sa lupa at maghanap hanggang sa ito ay matagpuan. Gayundin, maraming patong ng mala-luwad na mga gawi at makalupang mga sensasyon ang bumabalot sa marangal at ginintuang kaluluwa. Ang "luwad" na ito ang ugat ng mga problemang sikolohikal ng tao tulad ng nerbiyos, takot, poot, inggit, mga kumplikadong kahinaan, at mga maling pananaw, at ang pundasyon ng lahat ng iba pang kasuklam-suklam na katangian. Upang maalis ang nakapanlulumong luwad na ito, dapat linangin ng isang tao ang isang malakas at matatag na estado ng pag-iisip kaugnay ng katawan at

mga pandama. Ang pagkakabit sa katawan ay nagdudulot ng iba't ibang takot. Naisip ko sa aking isipan ang lahat ng .uri ng sakit at nasakop ang lahat ng ito

Upang mapagtanto na ang isang tao ay nilikha ayon sa dalisay na wangis ng Diyos, dapat niyang malampasan ang takot at galit at malampasan ang labis na pagiging sensitibo.

Ang ilang mga tao ay mahirap palugdan dahil sila ay nakagapos at nabibigatan ng mga mababaw na gawi at mga walang kabuluhang detalye ng buhay. Ngunit ang isang taong may malakas na talino ay maaaring magsabi, "Ngayon ay maaari akong matulog sa isang malambot na kama at bukas ay sa sahig; pareho lang ang lahat para sa akin." At iba pa. Ang sikolohikal na neutralidad na ito ay nagsasanay sa isip, ginagawa itong masunurin sa iyong mga utos at may .kakayahang isagawa ang iyong mga kahilingan

Ang isip, mga kaibigan ko, ay lubhang mapanlinlang Ngunit sa pamamagitan ng pagpipino, natututo ito ng mga asal at mabuting pag-uugali. Kapag sinabi mong, "Hindi ko kaya kung wala ang ganitong uri ng pagkain," ang sagot ng isip, "Imposibleng mabuhay nang wala ang ganoong uri ng"!pagkain

Ngunit ang iyong espiritu ay higit pa sa katwiran. Kung sasabihin mo, "Hindi ko hahayaang alipinin ako ng sinumang tao o anumang bagay," ang katwiran ay sasagot, basta't ang pahayag ay matatag at ang mungkahi ay malakas. Ikaw ang panginoon ng isip at katawan; huwag kang maging alipin .nila, ni sumayaw sa kanilang himig

Ang paglaya mula sa mga gapos ng emosyon ang tanging landas tungo sa kapayapaan at kaligayahan. Anuman ang mga pangyayari, sikaping malampasan ang lahat ng masasakit na damdamin at pasayahin ang iyong !sarili, dahil kaya mo

:Sinasabi ng mga teksto ng karunungan Silangan
Ang kalagayan ng ganap na panloob na kapayapaan na"
"nakakamit sa pamamagitan ng yoga meditation

Sa pamamagitan nito ay nagagalak ang kaluluwa sa
pagkakita sa Kataas-taasang Sarili na nagniningning tulad ng
araw sa katanghaliang tapat
Kung saan ang pananaw ng kaluluwa ay nakakakita at
nakakatikim ng pinakamalaking kagalakan
Nagagalak ang yogi sa pagkaalam ng nakatagong lihim
Sinumang makaabot sa pinagpalang kalagayang iyon ay
binabati ang sarili sa pagkatagpo ng kayamanan ng mga
.kayamanan

Siya ay nananatiling ligtas mula sa panlilinlang ng
panahon at sa mga sorpresa ng buhay na panatag sa
kanyang sarili

Ang estadong iyon, na kilala bilang yoga, ay isang
estado ng paglaya mula sa kalungkutan at sakit
Mapalad ang mga nagsisikap na maabot ito nang may
matapang na puso at matibay na determinasyon
At binabati kita sa sinumang nakahanap nito at
nasisiyahan sa kaligayahan nito na higit pa sa anumang
.imahinasyon

Hindi ito kayang ilarawan
Sumainyo ang kapayapaan

Pagkontrol ng galit

Maaaring isipin ng ilan na ang paksang ito ay para
lamang sa mga madaling magalit o mairita. Ngunit ang
emosyong ito ay mas malalim kaysa sa nakikita sa unang
tingin. Maaaring magtagumpay ang isang tao sa pagkontrol
sa panlabas na anyo o marahas na pagpapahayag ng galit,
ngunit mayroon pa ring nakatagong galit at pinipigilang
sama ng loob. Ang galit na ito ay nagpapakita ng sarili sa
maraming paraan: mabilis magalit, mainipin, madaling
magalit, pagkainip, hindi mapakali, kawalang-kasiyahan,
.inggit, pagiging sumpungin, at kalungkutan

Sa katunayan, lahat ay dumaranas, sa isang antas, ng
problema ng galit, maliban na lamang kung naabot na nila

ang isang masusing yugto ng kamalayan—isang yugto ng .espirituwal na kaligayahan o isang estado ng katahimikan

Galit – sa anumang anyo nito – ay nagmumula sa kawalan ng kakayahang tuparin ang isang pagnanasa. Dahil sa kawalan ng panloob na kagalakan na nagmumula sa koneksyon ng kaluluwa sa banal na pinagmumulan nito, sinusubukan ng tao na tuparin ang kanyang mga pagnanasa sa pamamagitan ng mga senswal na kasiyahan na likas na hindi kanais-nais dahil sa kanilang pagiging permanente at .kadalasang hindi malusog na mga kahihinatnan

Ang mga pagnanasang iyon ay kadalasang nagdudulot ng pagkabigo at pagkatapos ay galit, na humahantong sa .pagkawasak ng espirituwal na kamalayan

Ang pinakamabisang paraan upang madaig ang galit ay ang pagtugon sa ugat nito: mga pagnanasa. Kapag mas maraming pagnanasa, mas maraming pagkabigo ang lilitaw. Imposibleng matupad ang bawat pagnanasa dahil ang mga pagnanasa ay walang kabusugan at walang hanggan. Kapag mas nagsisikap tayong matupad ang isang pagnanasa, mas nagiging malapit tayo rito, at habang mas tumitibay ang ating pagkakabit, mas tumitindi ang ating sakit na mapagkaitan ng access sa kung ano ang makakatugon sa ating mga pagnanasa at makakatugon sa ating mga .pagnanasa

Halimbawa, pinagkalooban tayo ng kalikasan ng pakiramdam ng gutom upang malaman natin kung kailan kailangan ng katawan ng pagkain. Ngunit pinapalakas ng pagkahumaling ang sensasyong iyon at ginagawa itong sikolohikal na sakit. Kung ang isang taong mahilig sa pagkain ay mapipilitang umiwas sa pagkain sa loob ng tatlong araw—maging para sa kalusugan o espirituwal na mga kadahilanan—ang gayong pag-aayuno ay malamang na .may kasamang ilang antas ng galit

Sa kabilang banda, ang ilang mga tao ay maaaring umiwas sa pagkain nang maraming araw nang hindi nababahala sa kawalan ng pagkain, dahil sila ay nagsanay at nagtagumpay na hindi makagapos sa mga pagnanasa ng .katawan

Kapag naunawaan na natin na ang mga pagnanasa ang ugat ng galit, gugustuhin nating malaman ang mga epektibong paraan upang harapin ang mga pagnanasang iyon nang may konstruktibo. Mayroong ilang mga paraan :upang makamit ito

Una: Pagtupad sa mga hangarin

Para sa mga simple at hindi nakakapinsalang pagnanasa, ang lohikal na hakbang ay ang tuparin ang mga ito. Gayunpaman, ang problema ay lumilitaw kapag ang mga bagong pagnanasa ay lumilitaw bilang resulta ng pagtupad .sa mga pagnanasang iyon

Sumainyo ang kapayapaan

Maingat na pagpapalano para sa mas magandang kinabukasan

Kung ikaw ay walang patutunguhan sa buhay, naghihintay ng mga pagkakataong magtagumpay, malamang na hindi darating ang mga pagkakataong iyon, at hindi ka makakatagpo ng tagumpay. Ngunit kung ikaw ang nagdidisenyo ng iyong sariling kinabukasan at gumuguhit ng mapa ng iyong bukas gamit ang iyong sariling mga kamay, magalak ka sa pagkamit ng iyong layunin, dahil napakalapit .mo nang maabot ang iyong ninanais na layunin

Para makadisenyo ng isang matagumpay na mapa, kailangan mo munang tukuyin ang iyong layunin. Ano ang kahulugan ng tagumpay para sa iyo? Ano ang gusto mo

mula sa tagumpay? Kung ang sagot mo ay katanyagan,
kayamanan, o ang katuparan ng makasariling materyal na
mga hangarin, kung gayon ay patungo ka sa matinding
.pagkabigo at lubos na kabiguan

Ang mga taong pinakamatagumpay ay iyong mga taong
laging nababanggit, iyong mga may kakayahang bumili ng
kahit anong gusto nila at magkaroon – ayon sa materyal na
pamantayan – ng lahat ng ninanais ng kanilang mga
kaluluwa, ngunit wala pa rin silang kaligayahan! Kaya bakit
pa sila magpapatuloy sa parehong landas na walang
?patutunguhan

Ang katanyagan at magandang kapalaran ay maaaring
bunga ng tunay na tagumpay, ngunit hindi ang mga ito ang
esensya ng tagumpay, ni hindi rin ang mga ito ang
pinakamahalagang katangian. Sa katunayan, hindi talaga
.sila kinakailangan para makamit ang tagumpay

Kaya ano ang layunin? Ano ang dapat hanapin sa
buhay? May isang layunin na dapat tahakin at pagsikapan:
kaligayahan. Ito ay nangangailangan ng pagkuha ng mga
nakatagong kayamanan ng buhay mula sa bawat sandali,
para sa mga bihasa sa paghahanap at nakakaalam kung
.saan naroon ang mga kayamanang iyon

At alamin mo, O naghahanap ng kaligayahan, na kung
lilimitahan mo ang iyong atensyon sa iyong araw

At kung pagyayamanin mo ang iyong araw ng iyong
mabubuting salita, kapaki-pakinabang na mga kilos, at
mabubuting kaisipan

Ang araw mo ay magiging tapat mong kaibigan at
ginintuang pagkakataon

Ang iyong pasaporte at visa ang magiging daan mo patungo sa isang maganda at magandang kinabukasan na .puno ng tagumpay

Samakatuwid, ang susunod na hakbang sa pagmapa ng iyong kinabukasan ay ang maingat na pagmasdan ang mga nilalaman ng bawat araw ng iyong buhay at tandaan kung ano ang kapaki-pakinabang at positibo. Kung hindi mo ito .magawa, dapat kang huminto at magsuri

Upang magtagumpay, dapat isaalang-alang ang mga sumusunod na mahahalagang salik, na kung wala ang mga :ito ay hindi makakamit ang tagumpay

Paggising mo sa umaga, huwag agad bumangon sa kama at simulan ang mga aktibidad sa araw

I-tensyon at i-relax ang iyong buong katawan nang ilang beses upang unti-unting mabawi ang iyong enerhiya. Bago simulan ang iyong pang-araw-araw na gawain, maglaan ng ilang oras upang tiyakin sa iyong sarili na ito ang magiging pinakamagandang araw ng iyong buhay. Kumbinsihin ang iyong sarili na anuman ang mangyari, ganito rin ang magiging araw mo. Ang pagsisimula sa panalangin at pagmumuni-muni ay magpapalakas ng iyong paniniwala at .magbibigay sa iyo ng lakas na kailangan mo

Pasimplehin ang iyong buhay Huwag umasa sa mga imbensyon ng tao para masiyahan dito Kung lilimitahan mo ang iyong sarili sa mga panandaliang kasiyahan, ikaw ay magiging magagalitin, malito, at sumpungin Hindi mo na kailangan ang patuloy na pagkahumaling sa telebisyon, mga pagtitipon sa hatinggabi, at mga salu-salo, na naging .nakaugat na mga kaugaliang panlipunan

May nagsabi minsan—at totoo ang kanyang mga salita —na hindi ang ating trabaho ang pumapatay sa atin, kundi

kung paano natin ginugugol ang ating libreng oras! Mas mabubuhay ka nang matagal—kung loloobin ng Diyos—at mas masisiyahan ka sa buhay kung papasimplehin mo ang iyong buhay at hindi igagapos ang iyong sarili sa mga tanikala ng lipunan. Hanapin ang mga kagalakang .matatagpuan sa maliliit na bagay

Gawin ang iyong makakaya upang matapos ang gawaing nasa kamay sa abot ng iyong makakaya

Kung hindi ka nasisiyahan sa iyong kasalukuyang trabaho, ang pagkabalisa at pabago-bagong pagganap ay hindi magbabago ng anuman. Subukang harapin ang sitwasyon nang may positibong saloobin, anuman ito, at isa sa dalawang bagay ang mangyayari: alinman sa matutuklasan mong napalampas mo ang isang mahalagang pagkakataon, o isang bagong pinto ang biglang magbubukas nang malawak, na magbibigay-daan sa iyong pumasok at makahanap ng trabahong mas akma sa iyong mga .pangangailangan at tumutupad sa iyong mga mithiin

Ang buhay ay isang patuloy na proseso ng pagbibigay at pagtanggap

Maging balanse upang hindi ka kumuha ng higit sa iyong ibinibigay, ni limitahan ang iyong sarili sa pagbibigay nang hindi kumukuha

Palawakin ang iyong pananaw

Magpakita ng interes sa buhay at mga aktibidad ng iba. Tumingin nang lampas sa iyong sarili—sa iyong pamilya, at lampas sa iyong pamilya sa iyong mga kaibigan, at lampas sa iyong mga kaibigan sa lahat ng tao. Kinukumpirma ng agham na ikaw ay bahagi ng isang kabuuan, kaya huwag .kalimutan ang iyong mas malaking sarili

Balansehin ang iyong buhay

Dapat kasama sa bawat araw ang trabaho, pahinga,
paglilibang, pag-aaral, at pagmumuni-muni. Ikaw ay isang
nilalang na may katawan, isip, at espiritu. Pangalagaan ang
mga mahahalagang elementong ito sa isang balanse at
maayos na paraan upang makamit ang kalusugan, sigla, at
.kaalaman

Maging mabilis na ngumiti

Mabagal sumimangot

Hinihimok ng pagnanais na tumulong

Handang maghintay at magbago, at alerto sa mga
oportunidad

Suriin ang account sa pagtatapos ng araw

Batiin ang iyong sarili sa iyong pag-unlad. Hindi ka
magbabago sa isang iglap, kaya huwag matakot na harapin
ang mga pagkakamali nang may mas mahusay na
.determinasyon at mas malinaw na pananaw

Bago matulog, ipagkatiwala mo sa Diyos ang iyong mga
gawain, alam mong hindi ka Niya pababayaang, bagkus ay
bibigyan ka Niya ng mga pagkakataon at magbubukas ng
mga pinto para sa iyo hangga't magsisikap ka at hihingi ng
.Kanyang tulong at gabay

Kapag ikaw ay inaantok at bago ka matulog, tiyakin sa
iyong sarili na ang bukas ay magiging mas mabuti kaysa
ngayon, sa tulong ng Diyos

Kung ikaw ay isang maingat na tagaplano at isang
bihasang tagapagtayo

Kung susundin mo ang mga detalye ng iyong mapa

!Imposibleng mabigo

Kapag sinubukan mong subukin ang iyong mga paniniwalang espirituwal, isang bagong mundo ang magbubukas. Mahalaga ang pagsusuri sa sarili para makilala ang iyong sarili at ang Diyos. Maaari kang makaramdam ng matinding relihiyoso, at maaaring kuntento na ang iyong isipan doon. Ngunit maliban kung ang iyong pagkatao mismo ay kumbinsido na ang iyong mga panalangin ay direktang tumutugon, walang anumang pormalidad sa relihiyon ang makapagliligtas sa iyo. Bagama't maaaring mahirap matanggap ang sagot ng Diyos, posible. Upang matiyak ang iyong aktwal na pagpasok sa langit, dapat mong maranasan ang kapangyarihan ng iyong mga panalangin upang tunay .mong ma-activate ang mga ito

Noong bata pa ako, napagpasyahan kong sasagutin ang aking mga panalangin tuwing hihingi ako ng tulong sa Diyos. Ang matibay na determinasyon ang siyang landas. Bawat pagsubok ay darating upang pahinain ang iyong determinasyon at paralisahin ang iyong kalooban, ngunit ang kapangyarihan ng Diyos na sumagot ay walang hanggan. Ang pagtitiyaga at patuloy na paggamit ng lakas .ng loob ay magdudulot ng tugon ng Diyos

Mahalagang matutunan ang tamang paraan ng pagtutunon ng isip. Mahalaga rin na magkaroon ng sapat na oras para sa pag-iisa at pribadong pagninilay-nilay. Ang patuloy na pakikipag-ugnayan sa iba ay humahadlang sa espirituwal na paglago. Karamihan sa mga tao ay parang mga espongha; sinisipsip nila ang lahat mula sa iyo, at bihira kang makatanggap ng anumang kapalit. Siyempre, kapaki-pakinabang ang makasama ang iba na taos-puso at malakas sa espirituwal. Kung ang bawat tao ay may kamalayan sa lakas, katapatan, at kalooban ng iba, ang mga mararangal .na espirituwal na katangian ay maaaring ibahagi sa kanila

Hindi dapat sayangin ang oras sa mga walang kwentang bagay. Maraming tao ang abala sa mga walang kabuluhang gawain, at kung tatanungin mo ang isa sa kanila kung ano ang kanilang ginagawa, ang isasagot nila ay, "Abala ako palagi!" Ngunit halos wala silang maalala tungkol sa "trabahong" iyon! Bukod pa rito, ang labis na paglilibang at paglilibang ay nagpapahina sa sikolohikal na kagalingan. Kung manonood ka ng pelikula araw-araw, mawawala ang kanilang kaakit-akit na epekto at magsasawa ka. Parepareho lang ang mga pelikula, iba-iba lang ang mga karakter: magkasintahan, manlalakbay, bayani, kontrabida, at iba pa. Maaaring masiyahan tayo sa panonood ng kwento .ng isang pelikula, ngunit bihirang ganito ang buhay

Ang buhay ay lubhang mapanlinlang, at dapat natin itong lapitan nang ganito. Kung hindi muna natin malalampasan ang mga panlilinlang at ilusyon nito, hindi natin matutulungan ang iba. Sa pag-iisa ng isang nakatutok na isipan ay naroon ang pabrika ng lahat ng dakilang tagumpay. Tandaan ito. At sa kamangha-manghang pabrika na ito, patuloy na habihin ang mga huwaran ng iyong .kalooban upang malampasan ang bawat masamang balakid

Sanayin at palakasin ang iyong determinasyon palagi.

Marami kang pagkakataong magtrabaho sa pabrika na ito araw at gabi basta't hindi mo sayangin ang iyong oras o .lakas

Sa gabi, lumalayo ako sa mga makamundong hinihingi upang mapag-isa sa aking sarili, malayo sa mundo, sa pag-iisa kasama ang aking kalooban sa aking espirituwal na pagreretiro, kung saan ginagabayan ko ang aking mga iniisip sa direksyon na gusto ko at gumagawa ng mga desisyon sa loob ng aking sarili. Kapag hinihimok ko ang aking kalooban na makisali sa mabuti at kapaki-pakinabang na mga aktibidad, lumilikha ito ng tagumpay para sa akin. Sa

ganitong paraan, maraming beses ko nang nagamit nang epektibo ang aking kalooban Ngunit hindi ito nakakamit .maliban kung ang paggamit ng kalooban ay patuloy

Kay gandang pakiramdam ang masabi at mapatunayang, "Ang aking kalooban, na puspos ng pangkalahatang kalooban, ay magdudulot ng aking ninanais!" Kung ikaw ay magiging kampante at ipagkakatiwala ang lahat sa banal na kalooban nang hindi ginagamit ang iyong sariling kalooban, na ipinagkaloob sa iyo ng Diyos, hindi mo makakamit ang ninanais na resulta. Nais ng banal na kapangyarihan na tulungan ka nang kusa. Hindi mo na kailangang magmakaawa o magmakaawa; sa halip, dapat mong gamitin ang iyong kalooban upang humingi at humingi—bilang isang karapat-dapat na tagapagmana—at kumilos nang naaayon. Dapat mong alisin sa iyong isipan ang paniniwala na ang Diyos, sa Kanyang kapangyarihan at sukdulang kapangyarihan, ay malayo at nakatago sa kalangitan, at ikaw ay nag-iisa sa gitna ng mga alalahanin at paghihirap sa mundong ito. Tandaan na ang banal na kalooban ay higit pa sa iyong kalooban bilang tao, ngunit ang napakalaking kapangyarihang iyon, tulad ng isang walang hanggan na karagatan, ay hindi makakarating sa iyo maliban kung ang iyong isip ay bukas at ang iyong puso ay madaling tumanggap

Sumainyo ang kapayapaan

Pagdaig sa mga obsessive na kaisipan

Ang diyablo, o panlilinlang sa kosmiko, ay patuloy tayong binibitag sa kanyang mga patibong, sinasamantala ang ating kamangmangan at kawalang-muwang, kaya hinahadlangan ang mga layunin ng Diyos. Ang Diyos, gamit ang Kanyang ganap na kapangyarihan sa kosmiko, ay madaling

matalo ang diyablo, ngunit mas gusto Niya na gamitin ng sangkatauhan ang kanyang talino, kalooban, at konsensya upang makatakas sa mga kamay ng kasamaan. Habang mas pinipili natin ang espirituwal na kaligayahan kaysa sa panandaliang mga kasiyahang pansariling, mas naaalisan ng madilim na kapangyarihan ang kalabang puwersa. Samakatuwid, nasa atin ang pakikipagtulungan sa Diyos upang madaig si Satanas at ang kanyang mga patibong.

Kapag ang isang tao ay tamad, pabaya, o nagpapaliban, tinutulungan nila si Satanas na mapalapit sa kanila. Hiniling ni Hesus sa kanyang mga disipulo na manalangin, "At huwag mo kaming ihatid sa tukso, bagkus iligtas mo kami sa masama." At sa Banal na Quran, mababasa natin, "Sabihin mo, 'Humihingi ako ng kanlungan sa Panginoon ng sangkatauhan mula sa kasamaan ng bumubulong na lumalayo'" Ang bumubulong na ito ay hindi natin sariling gawa; bagkus, siya ay kabilang sa materyal na mundo, at lahat ng tao ay nasasakupan niya. Ngunit upang matulungan tayo ng Diyos na palayain ang ating mga sarili, binigyan Niya tayo ng katwiran, konsensya, at lakas ng loob.

Ang ating pagkahilig sa mga makasalanang gawain ay nangangahulugan ng paglalagay ng ating sarili sa pagkabalisa, kaguluhan, at mga di-kanais-nais na problema. Kapag tayo ay nadadapa o nadudulas dahil sa ating mga maling kaisipan, dapat tayong manalangin: "O Panginoon, huwag mo kaming iwan dito, bagkus ay itaas mo kami sa pamamagitan ng kapangyarihan ng karunungan at kalooban. At pagkatapos mo kaming palayain mula sa kamay ng kasamaan, kung nais mo kaming subukin, ipakilala mo muna ang iyong sarili sa amin upang mapagtanto

namin na ikaw ay mas kaakit-akit kaysa sa anumang tukso at mas kaaya-aya sa kaluluwa at pandama kaysa sa anumang pang-aakit o obsesyon."

Hangga't ang isang tao ay ayaw ipagkait sa kanilang sarili ang ilang mga kasiyahan na nakakapinsala sa kanilang kapakanan, sila ay nasa ilalim ng impluwensya ni Satan at sa malao't madali ay magdurusa sa kakila-kilabot na mga bunga ng pagpapadala sa mapaminsalang mga tukso sa laman. Gayunpaman, kung kumbinsido sila na ang tukso o pang-aakit ay mapanganib at mapanira dahil nangangako ito ng malaking kaligayahan ngunit sa huli ay nag-aalok lamang ng pagsisisi, pagsisisi, at isang pinahihirapan na konsensya, kung gayon ay maaari nilang malampasan si Satan.

Walang duda na ang tukso ay may kaakit-akit. Ang ating mga pandama ay ganap na nakadirekta sa panlabas na mundo. Isang daloy ng mahalagang enerhiya ang dumadaloy mula sa utak patungo sa mga nerbiyos patungo sa mga mata, tainga, ilong, dila, at balat. Ang mga sensasyong nararanasan natin sa pamamagitan ng mga organong ito ay resulta ng ejective current na ito, at kaya naman natin nasisiyahan sa sensasyong ito. Ganito gumagana ang mga pandama. Gayunpaman, ang labis na pagpapakasasa sa mga ito ay may mga patibong at panganib. Maliban kung ang isang tao ay matibay na nakabatay sa pag-unawa at kaalaman, ang ejective energy na ito (na dumadaloy patungo sa mga organong pandama) ay ginagawa silang alipin ng mga pandama.

Ang limang pandama ay parang isang spotlight na may limang sinag. Sa pamamagitan ng liwanag na ito,

ating nauunawaan at nararanasan ang materyal na mundo. Nasasanay tayo sa pagtamasa ng mga bagay na nakalulugod sa mata, tainga, amoy, lasa, at paghipo. Ang pagnanais na maranasan ang isang bagay ay karaniwang nagiging nakatanim na ugali. Ang problema ay karamihan sa mga tao ay hindi pa nakaranas ng banal na espiritu na nakatago sa likod ng materya, at sa gayon ay kulang sila ng pamantayan para sa paghahambing ng kasiya-siya at kapana-panabik na pandama sa hindi mailalarawang kaligayahan ng nakatagong espiritu. Walang paraan upang makagawa ng ganitong paghahambing maliban kung ang isang tao ay lumalampas sa mental na stimuli ng pandama hanggang sa punto kung saan hindi na nila ito maaakit o maimpluwensyahan. Ang tanging paraan upang maiwasan ang patibong na ito ay ang mapagtanto, sa intelektwal man o sa pamamagitan ng personal na karanasan, na ang mas matataas na kagalakan at kasiyahan ay talagang umiiral.

Ang mga utos at rekomendasyon na umiwas sa mapaminsalang pagkakamali ay kadalasang walang saysay, dahil sa sandaling hilingin mo sa isang tao na huwag gumawa ng isang bagay, agad nila itong gustong gawin.

Ang ipinagbabawal na prutas ay masarap at matamis sa simula, ngunit ang lasa nito ay mapait na parang apdo sa huli. Gayunpaman, sa kabila ng lahat ng sakit na nararanasan ng mga tao, hindi sila natututo o nagsisisi, bagkus ay patuloy na ginagawa ang parehong mga bagay, gaano man kalaki ang pisikal at moral na pinsala.

Kapag ang pagkahilig sa mga karanasang pandama ay matatag nang naitatag, ang ugali ay nangingibabaw sa utak at nagiging isang malupit na diktador, na nag-uutos sa may-ari nito na pakawalan ang mga hilig at bigyang-kasiyahan ang mga pagnanasang hindi kailanman nasisiyahan o napapatay, kahit na ito ay sumasalungat sa pinakamabuting interes ng tao at sumasalungat sa kanyang mga prinsipyo.

Maaaring ayaw ng isang tao na ulitin ang isang aksyon, ngunit mapipilitan siyang gawin ito. Subukang huwag hayaang umabot ka sa puntong ikaw ay madaig—isang biktima ng mapaminsalang at mapanirang mga gawi at biktima ng mga tiwaling pantasya at masasamang obsesyon. Dapat kang maging panginoon ng iyong sarili at ng iyong kapalaran. Huwag hayaang kontrolin ka ng sinuman o anumang bagay. Kapag ang pagnanais na maranasan ang isang partikular na sensasyon ay naging pamilyar na ugali, dapat itigil ang gawaing iyon.

Mahilig ako sa inuming katulad ng lemonade. May mga estudyanteng nagbibigay sa akin ng nakakapreskong inuming iyon saanman ako magpunta, kaya lagi ko itong nasa abot-kamay. Ngunit isang araw, nalaman kong naubusan na ang suplay ko ng inuming iyon at hindi ko ito nagamit, ngunit sinabi ko: "Oh, nakakapreskong inumin, lumampas ka na sa iyong hangganan, ginoo, at oras na para maghiwalay tayo, paalam!"

Kinabukasan, sinadya kong subukan ang isang dosis ng inuming iyon, at nalaman kong hindi ito masarap. Ang dahilan nito ay dahil sa sobrang lakas

ng aking mga iniisip noong nakaraang araw kaya agad akong naglaho ng aking pagnanasa.

Wala akong mawawala na anumang bagay na kinuha sa akin, ni hindi ko kusang-loob na isusuko ang anuman. Walang pisikal na ginhawa ang makakagapos sa akin. Dapat nating malampasan ang lahat ng karanasan sa buhay nang walang pagkabit o pagdepende. Tunay nga, ang indibidwal na may kontrol sa sarili ay gumagalaw sa materyal na mundo nang may disiplinadong mga pandama, malaya mula sa lahat ng anyo ng pagnanasa, at nakakamit ang panloob na kapayapaan.

Ayos lang na magkaroon ng kakayahan at kaginhawahan, ngunit habang lalo pang nararamdaman ng isang tao ang pangangailangang magtamo ng mga hindi kinakailangang luho, lalo nilang ikinukulong ang kanilang sarili sa isang estado ng pagkaalipin. Kapag ang kanilang kalooban at pag-unawa ay naging bihag ng mga senswal na pagkakabit, nawawala ang kanilang espirituwal na kamalayan at nagiging walang kakayahang kumonekta sa mas mataas na antas ng kamalayan. Ang mga propeta at matuwid na santo ay namuhay nang simple, ngunit sila ay masaya at kuntento sa kanilang paraan ng pamumuhay. Namuhay sila nang masaya at nananatili sa piling ng Diyos sa langit. Para sa mga nabubuhay sa ilalim ng pamatok ng kamangmangan, napapailalim sa mga presyon ng mga pagnanasa, mananatili sila sa estadong iyon sa buhay-buhay hanggang sa labanan nila ang mga tukso at pang-abala sa lupa.

(Upang walang anumang makapinsala sa ating tunay na kaligayahan. Ang mga mapaminsalang

emosyon ng galit, katakawan, kasakiman, inggit, labis na sekswal na pagpukaw, alkohol, at droga ay pawang nakakapinsala sa kalusugan at isipan ng tao dahil pinipigilan nito ang isang tao na makaranas ng espirituwal na kagalakan. Ang mga pandama ay hindi dapat gamitin nang mali sa pamamagitan ng labis na pagpapakasasa kung nais mong maging masaya. Mga hindi malusog na karanasan sa pandama.)

Protektahan ang iyong sarili sa moog ng karunungan, sapagkat ito ang pinakadakilang kanlungan. Ang tunay na pag-unawa ay gagawin kang hindi magagapi, kaya walang makakasama sa iyo. Ngunit maliban kung ang isang tao ay makamit ang karunungan, ang unang tungkulin ng isang tao ay itigil ang kilos o ang mapilit na pagnanasa kapag lumitaw ang mga obsessive na kaisipan. Saka lamang maaaring pag-isipan ng isang tao ang bagay na ito nang matalino at maingat. Kung susubukan muna niyang mag-isip, mapipilitan siyang gawin ang ayaw niyang gawin, dahil ang mga obsessive na kaisipan ay kokontrol sa isip at bubulagin ang kanyang pananaw.

Sa ganitong mga sitwasyon, dapat sabihin ng isa, "Hindi ko gagawin ito kamatayan kaysa kahihiyan," at iwanan ang sitwasyon o lugar nang walang pag-aalinlangan. Ito ang pinakasigurado at pinakamabisang paraan upang makatakas sa mga patibong ng masamang si Satanas. Habang mas nililintang ng isang tao ang lakas na ito ng hindi pagtugon sa panahon ng pagsalakay ng mga tukso ni Satanas, mas magiging malaki ang kaligayahan ng isang tao, dahil ang tunay na kagalakan ay nakasalalay sa kakayahang gawin ang iniuutos sa atin ng konsensya na gawin at ipinagbabawal sa atin na lumapit o gumawa.

Huwag mong hayaang ang iyong kapaligiran o mga malibog na pagnanasa ay sumira sa iyong kalooban o kontrolin ka, kaibigan ko. Alamin mo na ang kabutihan at espirituwal na buhay ay walang hanggan na mas dakila kaysa sa pagpapakasasa sa kalibugan. Ang mga tanikala ng tukso ay nagbubuklod sa mga tao sa kamay at paa; huwag mong hayaang gapusin ka nila. Kung mananalangin ka sa Diyos na hayaan kang matikman ang Kanyang pag-ibig, kahit isang beses lamang, at mararanasan mo ang sukdulang banal na pag-ibig na iyon, wala ka nang ibang hinahangad pagkatapos, at ang mga mababang pagnanasa ay hindi sasakop sa iyong isip at puso.

Kapag kumbinsido ka na ang Diyos ang pinakadakilang pang-akit sa sansinukob at Siya ang pinakadakilang kayamanan, wala nang iba pang makakatuksong sa iyo o makakadaig sa iyong kakayahang kumilala.

Ang pagkilala sa Diyos ang pinakamataas na mithiin at ang pinakamamahal na kahilingan, dahil ito ay walang hanggang kaligayahan na walang katapusan! Dapat nating hangarin ang Diyos dahil Siya ang pampagaling na balsamo at ang mabisang gamot para sa lahat ng ating mga sakit at karamdaman, at Siya ang tunay na tugon sa lahat ng ating mga pangangailangan.

Lahat ng hinahangad, inaasam, at iniiyakan ng ating mga puso—pag-ibig, prestihiyo, karunungan, kayamanan, at lahat ng iba pa—ay ating natatagpuan sa pamamagitan ng perpektong espirituwal na pagkakasundo sa dagat ng kaligayahan at kayamanan.

Ang kamatayan ang magiging katapusan ng kamalayan ng isang tao sa katayuan at katanyagan, kahit na sila ang pinakakilala at maimpluwensyang tao sa mundong ito, at hindi na nila malalaman na sinasamba sila ng mga tao. Ngunit ang mga propeta at dakilang tao, kahit na lumisan na sa mundong ito, ay lubos na nakakaalam ng pagmamahal ng kanilang mga tagasunod para sa kanila dahil ang kanilang kamalayan ay kaisa ng kamalayan ng Diyos, ang Nakakaalam ng Lahat, na nananahan sa bawat atomo ng pag-iral, nakikita man o hindi.

Kaya bakit ka magpapakahirap at magsisikap na makamit ang isang bagay na mawawala rin naman sa iyo sa sandaling iwan mo ang mundong ito?

Ang pera, katanyagan, prestihiyo, katayuan, kasiyahan ng mga hangarin, at materyal na kaginhawahan ay pawang pansamantala at limitadong mga bagay na hindi kapalit ng tunay na kagalakan ng sagradong pagkakaisa sa espiritu at liwanag ng Diyos.

Makapangyarihan lamang ang tukso dahil walang kakayahang ihambing ito ng mga tao sa kung ano ang mas mainam

Kapag umihip ang hangin ng tukso, ang iyong pang-unawa ay pansamantalang nagiging bihag ng mga pagnanasa at gawi. Ngunit ang pinakamataas na landas tungo sa kalayaan ay ang paglubog sa walang-ubos at walang katapusang kagalakan ng Diyos, at sa gayon ay madali mong matatakan ang di-nakikitang magnetikong kapit ng tukso kasama ang mga kakila-kilabot na bunga nito, na natatanto na ang mga espirituwal na kasiyahan ay mas dakila kaysa sa mga

makamundong kasiyahan at higit na naaayon sa kalikasan ng kaluluwa.

Kung matatagpuan mo ang tunay na kagalakan sa buhay na ito, makakamtan mo ito ngayon at sa kabilang buhay din. Ang pagpili ay sa iyo, naghahanap: ang walang hanggang kaligayahan ng Diyos, na makakamit mo ngayon sa pamamagitan ng pagtangga sa iyong sarili ng ilang makamundong kasiyahan, o ang panandaliang kaligayahan sa mundo? Kapag ang iyong isipan ay nabuksan sa mas matataas na katotohanan at ang iyong puso ay nabuksan sa liwanag ng liwanag, malalaman mo ang pagkakaiba sa pagitan ng dalawa at pipiliin mo kung ano ang pinakamahusay.

Bawat pagsisikap mo upang maabot ang mga pinakamataas na antas at makaakyat sa mga espirituwal na tugatog ay mapapansin ng Diyos, at gagantimpalaan ka Niya ng pinakamagandang gantimpala.

Huwag mong isipin, kaibigan ko, na ikaw ay isang makasalanan. Ikaw ang dalisay na larawan ng Diyos. Kahit na ikaw ang pinakadakilang makasalanan, hindi mahalaga iyon, basta't magsisisi ka sa pamamagitan ng pagbabago ng iyong maling landas at hindi na muling babalik dito. Kung determinado kang tahakin ang mga landas ng kabutihan, hindi ka kabilang sa mga makasalanan.

Kahit ang isang makasalanan na tumalikod sa kanyang mga baluktot na landas upang sambahin ang Diyos lamang nang may tunay na debosyon ay maibibilang sa mga matuwid. Sa pamamagitan ng kanyang espirituwal na determinasyon, siya ay magiging banal, lalago sa karunungan at kaalaman,

makakamit ang walang hanggang banal na kapayapaan, at magtatamasa ng proteksyon, seguridad, at kaligtasan ng Diyos.

Magbagong-buhay at ipaalala sa iyong sarili na palagi kang mabuti at nanaginip ka lang na mali ka. Malawak ang puso ng Diyos, at ang Kanyang pinto ay laging bukas sa mga tapat na nagnanais na baguhin ang kanilang buhay para sa ikabubuti. Ang kasamaan ay isang kakila-kilabot na bangungot o isang nakakatakot na panaginip na walang kaugnayan sa dalisay na kalikasan ng kaluluwa.

Ang tukso ay parang matamis na lason o pulot-pukyutan na may lason, masarap tikman, ngunit dumadaloy ito sa dugo at sumisira sa mga organo ng katawan, kaya mas makabubuti kung iiwasan ito.

Ang kaligayahang hinahanap at hinahanap ng mga tao sa mundong ito ay ilusyon at panandalian. Ang banal na kagalakan ay walang hanggan at walang hanggan. Manabik sa mga nananatili at maging matatag sa pagtanggì sa mga panandaliang kasiyahan at kalayawan ng mundong ito, na walang permanente. Dapat mong taglayin ang pananaw na ito. Huwag mong hayaang iligaw ka ng mundo o itaboy ka gamit ang patpat nito, at huwag kalimutan na ang Diyos lamang ang katotohanan. Ang tunay na kaligayahan ay matatagpuan lamang sa pagdamay sa banal na presensya at pagdanas ng Kanyang labis na kagalakan.

Ang tao ay nalulunod sa mga panaginip ng kamangmangan, iniisip na siya ay nagdurusa sa mga sakit, kalungkutan, at kahirapan. Nang minsang nananalangin ang isa sa mga dakilang tao ng Diyos, bigla siyang sumigaw: “Akala ko ako lamang ang

naninirahan sa pisikal na istrukturang ito, ngunit ngayon ay nakikita ko ang walang hanggang Nilalang na nahayag dito. Ang maliit na ego na ito, na walang iba kundi isang bungkos ng laman at buto, ay hindi ako. Ang walang hanggang Ganap ang naninirahan sa aking katawan. Ito ang aking buong sarili, at dito ko ibinibigay ang aking pinakamataas na katapatan.”

Ang kaalamang iyan ay darating balang araw sa bawat taimtim na naghahanap, at hindi na nila iisipin ang kanilang sarili bilang mga mortal na nilalang, lalaki man o babae. Sa halip, malalaman nila na sila ay mga kaluluwang hinubog ayon sa wangis ng kabanalan. Ang kaharian ng Diyos ay nananahan sa sangkatauhan, at ang kataas-taasang espiritu ay nananahan sa kanilang pagkatao.

Ang kaluluwa ay nakagapos sa katawan ng isang kadena ng mga pagnanasa, tukso, problema, alalahanin, at takot, at sinisikap nitong palayain ang sarili nito. Kung patuloy nitong hihilahin ang kadenang iyon na nagbubuklod dito sa kamalayan ng katawan, ang banal na kamay ay makikialam balang araw at puputulin ang kadenang iyon, at ang kaluluwa ay magiging malaya.

Ang mga naghahangad ng espirituwal na kapayapaan ay dapat protektahan ang kanilang sarili mula sa tukso at kalungkutan sa pamamagitan ng pag-unawa at malalim na pagninilay-nilay sa Diyos. Ang mga walang pakialam sa Diyos, na hindi kumikilala sa Kanya bilang ang Lumikha ng sansinukob at lahat ng narito, ay hindi nararanasan ang Kanyang presensya o nakikita ang Kanyang liwanag.

Ang meditasyon ay paulit-ulit na pagpapaalala sa sarili na hindi tayo ang limitadong pisikal na katawan, kundi ang ganap at malayang banal na espiritu. Ang meditasyon ay ang malay na pag-alala sa tunay na sarili at ang paglimot sa maling pagkakakilanlan. Kung ang isang lasing na prinsipe ay pupunta sa isang mababang kapitbahayan at, dahil sa pansamantalang pagkawala ng alaala at tunay na pagkakakilanlan, ay magsisimulang umiyak at magdalamhati sa kanyang kalagayan, na nagsasabing, "Oh, kayhirap ko at kay laki ng kailangan ko ng tulong!" pagtatawanan siya ng kanyang mga kasama at sasabihin, "Magpakatino ka at tandaan na ikaw ay isang prinsipe, Kamahalan!"

Gayundin, ang tao ay nasa estado ng maling akala at delusyon. Naniniwala siya na ang kanyang sarili ay isang walang magawang mortal, nahihirapan at nagpapakahirap, hinahampas ng mga alon ng pag-aalala sa lahat ng direksyon. Panahon na para magising siya at pagtibayin sa kanyang sarili nang may lubos na katiyakan na siya ay isang espiritu, hindi napapailalim sa mga pagbabago at impluwensya ng mundong ito, gaano man ito kabangis at nakakatakot. Dapat niyang mapagtanto na siya ay isang buhay na kislap ng pinagpalang banal na espiritu, at ang kanyang esensya ay dalisay at umaapaw na kaligayahan. Kung uulit-ulitin niya ang mga kaisipang ito, gabi at araw, sa wakas ay mauunawaan niya ang kanyang tunay na kalikasan: isang imortal na espiritu.

Ang pang-aakit, kasakiman, pagkahumaling sa mga tao at ari-arian, pagkaalipin sa mga pandama, kamangmangan sa espirituwal na kalikasan, katamaran, at isang nakakabagot at mekanikal na

buhay ay pawang kabilang sa pinakamatinding kaaway ng kaligayahan.

Gawin mo ang iyong mga tungkulin nang may isipan na matatag na nakaugat sa banal na kamalayan na namumulaklak at lumalago sa mga larangan ng pagmumuni-muni, at sa gayon ay magiging tunay kang masaya, hindi sa ilusyon, at magtatamasa ng isang marangal na buhay.

Noong nagsimula akong magnilay-nilay, hindi ko kailanman naisip na makakaranas ako ng ganito kalaking kagalakan. Ngunit habang lumilipas ang mga araw, lumago ang aking kapayapaan at ang aking kaligayahan habang mas lumalalim ang aking paglulubog sa mga karagatan ng pagmumuni-muni.

Kung ang isang tao ay pagod na sa buhay na kanilang ginagalawan, ngunit patuloy pa rin itong pinupuno ng mas maraming ari-arian at pagnanais para sa mga bagong karanasan sa pandama, sila ay nasa isang naliligaw at baluktot na landas at dapat magbago ng landas. Ang pinakasiguradong paraan upang makatakas sa impluwensya ng mga obsessive na kaisipan ay ang mamuhay nang simple at natural—malaya sa mga hadlang at komplikasyon—na naaayon sa Diyos.

Bakit nabubuhay ang mga tao nang hindi natural?

Bakit niya hinahanap-hanap nang buong puso at lungkot ang kaligayahang hindi na kayang ibigay ng mundo?

Ang buhay, mga kaibigan, ay napakahalaga

Araw-araw akong nananalangin sa Diyos: “Kung nais mong kunin ang lahat ng aking ari-arian, hayaan

mong maging kalooban mo, at hindi ako tututol sa iyong paghatol at karunungan dahil alam kong nais mo ang pinakamabuti para sa akin. Susubukan kong palugdan ang iba, ngunit ang iyong kaluguran, O Panginoon, ang siyang inuuna, at ito ang aking pangunahing layunin sa buhay na ito.”

Kapag nananalangin ka nang ganito, maaari kang dumanas ng maraming pagsubok at pagnanasa, ngunit kung patuloy mong lalabanan ang masasamang hilig at maling pagnanasa, lalapit sa iyo ang Diyos at ipagkakaloob ang Kanyang mga pagpapala sa iyo. Matutuklasan mo na ang Kanyang presensya ay parang isang rumaragasang agos na tumatagos sa lahat ng negatibiti sa iyong buhay at lubos na nililinis ang iyong kaluluwa.

Siyang pumipigil sa sarili mula sa mga hamak na pagnanasa ay nasusumpungan na ang mga makamundong pagnanasa ay nababawasan sa maikling panahon, at tanging pananabik at paghahangad lamang ang naiiwan. Ngunit siya na nakakakita ng liwanag ng Diyos at nakararanas ng Kanyang presensya ay napalaya mula sa bawat pagnanasang salungat sa kalikasan ng kaluluwa.

Ating alisin ang kadiliman gamit ang liwanag ng Diyos

Talunin natin ang masasamang ideya gamit ang mabubuting ideya

Pagtagumpayan natin ang tukso na hanapin ang sukdulang banal na atraksyon sa pamamagitan ng meditasyon

Ito ang pinakamahusay at pinakamabisang sandata laban sa obsessive-compulsive disorder

Sa tuwing nararamdaman mong ang iyong kalooban ay nabibitag ng masamang pangingibabaw at maruming impluwensya, umasa sa Diyos at humingi ng tulong sa Kanya hanggang sa madama mo ang Kanyang pinagpalang presensya na nagtataboy sa lahat ng masasamang kaisipan at pumupuno sa kaluluwa ng kagalakan, karunungan, kapayapaan at katiyakan.

Sumainyo ang kapayapaan

Pagtagumpayan ang impluwensya ng mga planeta

Isang araw, sinabi sa akin ng aking guro:

"Bakit, Mukunda (Paramhansa), hindi ka ba nagpapa-planetary armband?"

Sabi ko, "Kailangan ko ba ito, guro? Hindi ako naniniwala sa astrolohiya"

Sumagot siya: "Ang isyu ay hindi tungkol sa pananampalataya. Bagkus, ang tamang siyentipikong posisyon na dapat taglayin ng isang tao ay kung totoo ang paksang iyon. Ang batas ng grabidad ay gumana nang kasing epektibo bago pa man si Newton gaya ng pagkatapos niya. Kung ang paggana ng mga batas ng sansinukob ay nakasalalay sa pagsang-ayon ng tao, ang kaguluhan at kaguluhan ang mananaig."

"Dinala ng mga manloloko ang sinaunang agham ng astrolohiya sa kasalukuyang kahiya-hiyang kalagayan nito. Ang astrolohiya ay isang malawak at mayamang agham, kapwa sa matematika at

pilosopikal na paraan, na mauunawaan lamang nang maayos ng mga taong may malalim na kaalaman at matibay na nakabatay sa agham. Kung ang mangmang ay nagkakamali sa pagbasa at pagpapakahulugan ng langit at makakita (ng mga surat-kamay) sa halip na mauunawaang mga salita, ito ang inaasahan sa di-perpekto at may depektong mundong ito, at hindi dapat sayangin ang karunungan sa mga taong itinuturing ang kanilang sarili na 'matalino'."

Nagpatuloy ang aking guro, na nagsasabing: "Lahat ng bahagi ng sansinukob ay malapit na magkakaugnay at nakikipag-ugnayan sa isa't isa. Ang regular at balanseng ritmo ng sansinukob ay nakabatay sa palitan o pagbibigayan. Ang tao, sa kanyang anyong tao, ay dapat labanan ang dalawang hanay ng puwersa: ang una ay ang panloob na kaguluhan na nagreresulta mula sa paghahalo ng mga elemento ng lupa, tubig, apoy, hangin, at eter, at ang pangalawa ay ang mga panlabas na puwersa ng natural na pagkabulok. Hangga't ang tao ay nananatiling salungat sa kanyang mortal na pag-iral, siya ay apektado ng libu-libong pagbabagong nagaganap sa lupa at sa kalangitan."

Ang astrolohiya ay ang pag-aaral ng tugon ng tao sa mga impluwensya ng mga planeta. Ang mga bituin ay walang malay na kabutihan o kasamaan, sa halip ay naglalabas ng positibo at negatibong radyasyon. Ang mga radyasyong ito sa kanilang sarili ay hindi nakikinabang o nakakasama sa sangkatauhan, ngunit nagbibigay sila ng isang lehitimong paraan para sa panlabas na proseso ng pagbabalanse ng mga sanhi at epekto na nilikha ng mga tao noong nakaraan.

"Ang isang bata ay ipinapanganak sa isang partikular na araw at oras kung kailan ang mga sinag ng langit ay naaayon sa matematika sa kanyang karma o sa kanyang personal na nakaraan. Ang kanyang zodiac chart ay isang tumpak na larawan na humuhula sa kanyang hindi nagbabagong nakaraan at mga posibleng resulta sa hinaharap. Ngunit ang birth chart na ito ay mababasa o mabibigyang-kahulugan lamang ng mga may lumalagong pananaw, at ang mga ito ay bibihira."

"Ang mensaheng malinaw na ipinapalaganap sa mga abot-tanaw sa panahon ng kapanganakan ay hindi nilayon upang kilalanin ang kapalaran - ang resulta ng mga nakaraang mabuti o masamang gawa - kundi upang himukin at gisingin ang kalooban ng tao na makatakas sa kosmikong pagkagapos nito. Lahat ng bagay na itinali ng isang tao ay maaaring malagpasan, at siya lamang ang may pananagutan sa paglikha ng mga pangyayaring iyon na ngayon ay kumokontrol sa kanyang buhay, anuman ang kanilang kalikasan. At dahil siya ang lumikha ng mga sanhi at pangyayaring iyon, may kakayahan siyang malampasan ang lahat ng limitasyon salamat sa kanyang espirituwal na mapagkukunan, na hindi napapailalim sa mga presyur ng planeta."

"Ang pamahiin na takot sa astrolohiya ay ginagawa ang isang tao na isang automaton na mapagpakumbaba at maamo na umaasa sa awtomatikong patnubay. Ang matalinong tao ay sumasakop sa mga planeta, ibig sabihin, tinatakan niya ang kanyang nakaraan sa pamamagitan ng paglilipat ng kanyang katapatan mula sa paglikha patungo sa Lumikha. Habang mas natatanto niya ang kanyang pagiging isa sa banal na espiritu, mas kaunti

ang kanyang pagkaalipin sa materya. Ang espiritu ng tao ay malaya magpakailanman, hindi ito namamatay dahil hindi ito ipinanganak, at ang kapalaran nito ay hindi maaaring itali sa mga planeta at bituin o mapailalim sa kanilang impluwensya."

"Ang tao ay isang kaluluwa na may katawan. Kapag tunay niyang nauunawaan ang esensya ng kanyang sarili, iniwan niya ang lahat ng mapilit at mapang-aping mga modelo at padron. Ngunit kung siya ay mananatiling nalilito at kulang sa kanyang espirituwal na memorya, siya ay mapapailalim sa mga nakatagong limitasyon ng batas ng kapaligiran at kalikasan."

"Ang Diyos ay pagkakasundo at pagkakaisa, at ang sumasamba na naaayon sa Kanya ay hindi kikilos nang mali, kundi lahat ng kanyang mga gawain ay naaayon sa mga batas ng kalangitan sa tama at natural na paraan, at pagkatapos ng malalim na panalangin at pagmumuni-muni ay madarama niya ang kanyang koneksyon sa banal na espiritu. Walang mas hihigit pang kapangyarihan kaysa sa panloob na proteksyong iyon."

Sinubukan kong unawain ang mga paliwanag ng kagalang-galang na si Seri Yuktsuar, at pagkatapos ng mahabang katahimikan ay sinabi ko: "Kung gayon, bakit ninyo gustong isuot ko ang pulseras na ito, mahal kong ginoo?"

Sumagot ang guro: "Kapag narating na lamang ng manlalakbay ang kanyang patutunguhan, saka lamang niya makatwirang talikuran ang mga direksyon at mapa. Ngunit habang naglalakbay, sinisikap niyang samantalahin ang bawat angkop na shortcut. Ang mga sinaunang pantas ay nakaisip ng

maraming paraan upang paiklin ang tagal ng pagkahiwalay ng tao sa mundo ng ilusyon at panlilinlang. May ilang awtomatikong katangian sa batas ng karma na maaaring mahusay na ibagay sa pamamagitan ng mga daliri ng karunungan."

"Ang lahat ng karamdaman ng tao ay nagmumula sa paglabag sa pangkalahatang batas. Pinapayuhan ng Banal na Kasulatan ang tao na sumunod sa mga batas ng kalikasan, habang pinapanatili ang ganap na tiwala sa kapangyarihan ng Diyos. Ang kanyang tungkulin ay sabihin: 'Panginoon, nagtiwala ako sa Iyo at alam kong matutulungan Mo ako, ngunit gagawin ko rin ang lahat ng aking makakaya upang alisin ang mga epekto ng aking mga pagkakamali.' Sa pamamagitan ng iba't ibang paraan—panalangin, paghahangad, yoga meditation, pagkonsulta sa mga pantas at santo, at paggamit ng mga astrolohikal na pulseras—ang mga nakapipinsalang impluwensya ng nakaraan ay maaaring mabawasan o tuluyang ma-neutralize."

"Tulad ng isang bahay na may tansong baras upang sumipsip ng mga tama ng kidlat, makikinabang din ang katawan ng tao mula sa iba't ibang mga hakbang sa proteksyon. Ang mga transparent na elektrikal at magnetikong radyasyon ay patuloy na gumagalaw sa buong sansinukob at nakakaapekto sa katawan ng tao, sa ikabubuti man o ikasasama. Mula noong sinaunang panahon, pinag-isipan ng ating mga pantas kung paano kokontrahin ang masamang epekto ng mga banayad na impluwensya ng kosmiko. Natuklasan nila na ang mga purong metal ay naglalabas ng mga sinag ng planeta na sumasalungat sa negatibong atraksyon ng mga planeta. Ipinakita rin na ang ilang mga compound ng halaman ay kapaki-

pakinabang. Ang pinakamabisang elemento ay puro at walang kamali-mali na mga batong hiyas, na tumitimbang ng hindi bababa sa dalawang karat. Ang mga praktikal na gamit sa proteksyon ng astrolohiya ay bihirang makakuha ng atensyon mula sa mga mananaliksik sa labas ng India. Isang simple at tiyak na katotohanan ay ang mga angkop na batong hiyas, metal, o mga paghahanda ng halaman ay walang halaga maliban kung ang mga ito ay may tamang timbang, basta't ang mga nakapagpapagaling na ahente na ito ay inilalapat nang malapit sa balat."

Sabi ko, "Ginoo, susundin ko po ang payo ninyo at bibili ako ng pulseras, pero ang pag-iisip pa lang ng pagdaig sa mga bagay na nasa kalangitan ay nakakamangha na!"

Pagkatapos ay nagdagdag si Sri Yuktiswar ng mga tiyak na tagubilin, na nagsasabing:

"Para sa pangkalahatang layunin, irerekomenda ko ang isang pulseras na gawa sa ginto, pilak, at tanso, ngunit sa iyong partikular na kaso, nais kong kumuha ka ng isang pulseras na gawa sa pilak at tingga."

Sabi ko, "Sir, ano po ba talaga ang layunin ninyo?"

Sumagot ang guro: "Ang mga planeta ay naghahanda na maging hindi palakaibigan sa iyo, Mukanda. Ngunit huwag kang matakot, sapagkat poprotektahan ka ng banal na tadhana. Sa loob ng isang buwan mula ngayon, magdurusang ka sa mga malubhang sakit sa atay. Ang sakit na ito ay dapat na tatagal ng anim na buwan, ngunit sa pamamagitan ng paggamit ng planetary bracelet, mababawasan mo

ang panahong ito sa dalawampu't apat na araw na lamang."

Kinabukasan, naghanap ako ng isang mag-aalahas at mabilis na nakuha ang pulseras, na isinuot ko. Napakabuti ng aking kalusugan kaya nakalimutan ko ang propesiya ng aking guro, na umalis sa Serampur at bumisita sa Varanasi. Tatlumpung araw pagkatapos ng aming pag-uusap, nakaramdam ako ng biglaang kirot sa aking atay. Ang mga sumunod na linggo ay isang bangungot ng matinding sakit. Dahil ayaw kong abalahin ang aking guro, inakala kong kaya kong tiisin ang aking pagsubok nang mag-isa, nang may pagtitiis at lakas ng loob. Ngunit pagkatapos ng dalawampu't tatlong araw ng paghihirap, humina ang aking determinasyon, at naglakbay ako sakay ng tren patungong Varanasi, kung saan ako tinanggap ni Sri Yuktiswar nang may pambihirang init. Gayunpaman, hindi niya ako binigyan ng pagkakataong sabihin sa kanya nang pribado ang tungkol sa aking lumalalang kondisyon. Maraming deboto ang bumisita sa kanya noong araw na iyon upang tanggapin ang kanyang basbas. Dahil may sakit ako, nagtago ako sa isang sulok. Hindi umalis ang mga bisita hanggang pagkatapos ng hapunan, nang tawagin ako ng aking guro sa walong sulok na beranda ng kanyang bahay. Kinausap niya ako, nakatingin sa malayo at naglalakad pabalik-balik, minsan ay hinaharangan ang liwanag ng buwan:

"Sa tingin ko ay may sakit ka sa atay. Dalawampu't apat na araw ka nang nasasaktan, 'di ba?"

Sumagot ako: "Opo, ginoo"

Sabi niya, "Pakigawa mo nga yung ehersisyo sa tiyan na itinuro ko sa iyo"

Sumagot ako, "Kung alam mo lang po, ginoo, ang tindi ng aking paghihirap, hindi mo sana ako hihilinging mag-ehersisyo." Gayunpaman, sinubukan ko pa rin nang kaunti bilang pagsunod sa kanyang utos. Tiningnan ako ng guro nang may pagtatanong.

"Sabi mo nakakaramdam ka ng sakit, at sabi ko naman wala namang sakit. Paano magkakaroon ng ganitong kontradiksyon?"

Nahihilo ako, pagkatapos ay binalot ako ng isang pakiramdam ng kaligayahan, at hindi ko na naramdaman ang patuloy na pagdurusa na nag-alis sa akin ng biyaya ng tulog sa loob ng napakaraming linggo. Sa pagbanggit lamang ng mga salitang "Sri Yuktsur," tuluyang nawala ang sakit, na parang hindi ito kailanman umiral.

Nagsimula akong yumuko sa kanyang paanan bilang pasasalamat, ngunit pinigilan niya ako at sinabing:

"Kalimutan mo na 'yan. Bumangon ka na at tamasahin ang kagandahan ng buwan sa ibabaw ng Ganges." Nagningning sa tuwa ang mga mata ng guro habang tahimik akong nakatayo sa tabi niya. Naunawaan ko sa kanyang kilos na gusto niyang maramdaman ko na ang Diyos ang nagpagaling sa akin, hindi siya.

At hanggang ngayon, suot ko pa rin ang parehong mabigat na pulseras na gawa sa pilak na tingga bilang alaala ng araw na iyon, isang itinatangi na alaala noong napagtanto kong tunay akong

namumuhay kasama ang isang tunay na pambihira at natatanging indibidwal. Kalaunan, dinadala ko ang aking mga kaibigan sa Sri Yuktiswar para sa pagpapagaling, at lagi niyang inirerekomenda ang paggamit ng mga hiyas o pulseras, pinupuri ang paggamit ng mga ito bilang isang pagsasanay ng karunungan pang-planeta.

Mula pagkabata, nakaramdam ako ng pagkasuklam sa astrolohiya sa dalawang dahilan: una, ang makitang marami sa mga nahuhumaling sa astrolohiya na may pagtanggap at pagpapasakop, at pangalawa, isang propesiya na ginawa ng astrologo ng pamilya: "Magpapakasal ka ng tatlong beses at mabiyuda ng dalawang beses." Matagal ko itong pinag-iisipan at pakiramdam ko ay parang tupa na iniaalay sa altar ng triple marriage. Isang araw, sinabi sa akin ng aking nakatatandang kapatid na si Ananta:

"Mas makabubuti para sa iyo na tanggapin ang iyong kapalaran, dahil ipinakita na ng iyong horoscope chart na sa iyong mga unang taon ay tatakas ka mula sa iyong tahanan patungo sa Himalayas at mapipilitang bumalik. Gayundin, ang propesiya tungkol sa iyong mga kasal ay tiyak na matutupad."

Isang gabi, nang maramdaman niya ang lubos na kasinungalingan ng propesiya, sinunog niya ang mapa ng tore at inilagay ang abo nito sa isang sobre kung saan niya isinulat: "Ang mga buto ng nakaraang karma ay hindi maaaring sumibol kung susunugin ng apoy ng sagradong karunungan." Pagkatapos ay inilagay niya ang sobre sa isang kitang-kitang lugar. Binasa ni Ananta ang tahasang hamon na ito at tumawa nang pangungutya, na sinasabing:

"Hindi mo kayang sirain ang katotohanan nang kasingdali ng pagsunog mo sa papel na ito."

Tunay nga, sa tatlong pagkakataon bago ako tumuntong sa pagbibinata, sinubukan ng aking pamilya na ayusin ang aking pakikipagtipan, at sa bawat pagkakataon ay tumanggi ako, dahil alam kong ang aking pagmamahal sa Diyos ay mas malakas kaysa sa anumang makamundong konsiderasyon na naiwan mula sa nakaraan. Palagi kong pinagninilayan ang mga matalinong salita ng aking guro:

"Habang mas sinisiyasat ng isang tao ang kanyang sarili, mas malaki ang kanyang impluwensya sa buong sansinukob sa pamamagitan ng kanyang mga malinaw na espirituwal na vibrations, at kasabay nito ay mas kaunti ang kanyang naaapektuhan ng mga panlabas na kaganapan."

Minsan, hinihiling ko sa mga astrologo na hulaan ang pinakamasamang panahon ko ayon sa pagkakahanay ng mga planeta, ngunit nagawa ko pa rin ang anumang naisin ko sa mga panahong iyon. Totoo na ang aking tagumpay sa mga pagkakataong iyon ay puno ng mga pambihirang kahirapan, ngunit ang aking kumpiyansa ay matibay ang pundasyon. Ang pananampalataya sa banal na probidensya at ang wastong paggamit ng lakas ng loob—kaloob ng Diyos sa sangkatauhan—ay isang kakila-kilabot na puwersa, na higit na mas malaki kaysa sa mga ethereal na alon na nagmumula sa mga planeta at bituin.

Napagtanto ko na ang naitala ng mga bituin sa pagsilang ay hindi nangangahulugang ang isang tao ay isang puppet ng kanilang nakaraan. Sa halip, ang mga impluwensya ng planeta ay mga katalista para sa paglago. Ang mga bagay na selestiyal ay gumagana

upang gisingin ang kagustuhan ng isang tao na makalaya mula sa lahat ng mga hadlang. Nilikha ng Diyos ang bawat tao na may kakaiba at pinagkalooban ng kaluluwa, at samakatuwid ang bawat indibidwal ay may mahalagang papel sa pangkalahatang paglikha, maging ang papel na iyon ay suporta o pag-asa. Ang kaligtasan ng tao ay nakasalalay hindi sa mga panlabas na tagumpay kundi sa mga panloob na espirituwal na tagumpay.

Pinagmulan: Mga Alaala ni Yogi - Isang Awtobiograpiya (Pilosopiyang Indian sa Buhay ng Isang Yogi) ni Paramhansa Yogananda

espirituwal na pag-unlad

Mula sa mga turo ni Master Paramhansa Yogananda

Kung titingnan natin ang mundo ngayon, kasama ang lahat ng mga problema, kasalimuotan, kalituhan, kaguluhan, kamangmangan, at tunggalian nito, mahirap paniwalaan na ang sangkatauhan ay pumasok na sa isang bagong yugto ng pag-unlad at pag-unlad. Gayunpaman, iniwan na ng sangkatauhan ang malupit at materyalistikong mga panahon at mabilis at malawak na sumulong patungo sa pintuan ng bagong yugtong ito ng pataas na ebolusyon nito.

Habang papalapit tayo sa panahong atomiko na ito, marami sa mga puwersa ng kalikasan na hindi kilala noong Madilim na Panahon ang natutuklasan at nagagamit na ngayon, na tumutulong upang mapabilis ang bilis ng pandaigdigang komunikasyon at pag-unlad sa medisina, agrikultura, transportasyon, at iba pang larangan.

Tunay nga, ang mga makabagong teknolohiya ay lubos na nagpabago sa tela ng pang-araw-araw na buhay gaya ng ating nalalaman at nararanasan.

Ngunit ang madilim na panahon na tiniis ng sangkatauhan ay mayroon pa ring malakas at laganap na impluwensya sa mga tao. Kaya naman ginagamit ng mga tao ang mga makabagong pamamaraang siyentipiko hindi lamang para sa kabutihan kundi pati na rin upang pakainin at palakasin ang mga hamak at materyalistikong likas na ugali tulad ng pagkamakasarily, pagkawasak, at kasakiman. Kaya, ang epekto ng madilim na panahon ay magpapatuloy sa maraming darating na taon.

Ang umuusbong na panahong ito ay nagbigay ng maraming kaginhawahan salamat sa mga makabagong pamamaraan at kagamitang teknolohikal, at nagbigay din sa mga tao ng antas ng libreng oras na dati'y wala. Noong Panahon ng Kadiliman, ginugugol ng mga tao ang bawat sandali ng kanilang buhay at lahat ng kanilang enerhiya sa pagtiyak ng kanilang mga pangunahing pangangailangan at pananatiling buhay. Napakaliit na bahagi lamang ng populasyon ang may sapat na oras upang ilaan sa mas matataas na hangarin.

Ngayon - kahit man lang sa mga industriyalisadong bansa - lahat ay kabilang sa categoryang iyan. Ngunit ano ang ginagawa ng mga tao sa kanilang libreng oras at paglilibang?

Dahil wala silang alam sa layunin ng buhay, sinasayang nila ang kanilang oras at lakas sa walang katapusang libangan. Ang karaniwang tao sa Kanluran ay gumugugol ng halos limampung oras sa isang linggo sa panonood ng telebisyon. Isipin kung

gaano sana kasaya ang mga tao at kung gaano sana kaganda ang mundo kung ang mahahabang oras na iyon ay ginugugol sa mabungang mga espirituwal na gawain!

Ang mga nagmumuni-muni ay gumagamit ng kanilang oras nang matalino at epektibo. Sa kasamaang palad, karamihan sa mga tao ay lumihis sa Diyos at sa Kanyang mga batas.

Kaya nga ang mundo ay nasa kasalukuyang kalunos-lunos na kalagayan nito. Sana'y nabuhay tayo sa isang mundong may seguridad, kasaganaan, at kapayapaan. Ngunit kahit ang pamumuhay sa isang magulong mundo ay may mga aral para sa mga sumasalamín. Ang mahirap at mapait na mga pangyayari ay nagsisilbing paalala na ang mundong ito ay hindi ang ating permanenteng tahanan. Ang tunay na seguridad at kaligtasan ay hindi matatagpuan sa panlabas na mundo, at dahil dito, dapat nating hanapin ang Diyos at humingi ng Kanyang proteksyon.

Sa panahon ng kapayapaan at kasaganaan, kung saan walang kawalan ng trabaho o mga problema sa kapaligiran, ang mga tao ay nabubuhay sa isang "tahimik at suko na pagkabigo," gaya ng pagkakasabi ng pilosopong si Thoreau. Bakit? Dahil sa kabila ng kasaganaang ito, ang mga tao ay nakakaramdam ng espirituwal na pagkagutom at likas na pananabik para sa isang bagay na kulang sa kanilang buhay.

Ang bagay na iyon ay ang Diyos

Dapat nating tandaan na, anuman ang mga panlabas na kalagayan, ang espirituwal na pag-unlad ay nakasalalay sa indibidwal na pagsisikap. Kahit sa

pinakamadilim na panahon at sa ilalim ng pinakamasamang mga kondisyon, may ilang kalalakihan at kababaihan pa rin ang nakakamit ng banal na kaalaman. Samakatuwid, hindi tayo dapat magpaimpluwensya sa espirituwal ng mga kondisyon ng mundo. Hindi natin dapat kalimutan ang pinakamahalagang kahalagahan ng espirituwal na pagsisikap.

Dahil nabubuhay tayo sa mahihirap na sitwasyong ito, iniisip din natin ang hinaharap at ang mga hindi kanais-nais na sorpresa na maaaring idulot nito. Natural lang ito. Ngunit kung masyado nating iniisip ang mga bagay na ito, at kung hahayaan nating mangibabaw ang haka-haka at takot sa ating mga iniisip, itinutulak natin ang Diyos palabas ng ating buhay at nawawalan ng mahalagang pagkakataon na kumonekta sa Kanya at temasahin ang Kanyang proteksyon.

Gustong malaman ng mga tao kung ano ang eksaktong mangyayari sa hinaharap. Bakit? Para mapataas ang kanilang pagkabalisa?

Kung tunay nating nauunawaan ang napakalaking pasanin na inilalagay natin sa ating isipan kapag tayo ay nabibigatan ng takot at pagkabalisa, magugulat tayo sa ating katatagan hanggang ngayon. Ang mga pag-aalala at pagkabalisa ay nagpapahina sa isipan, na nagpapahintulot sa takot na tumagos sa kaluluwa, at bilang resulta, nawawala sa atin ang ating sikolohikal at espirituwal na balanse. Ang ating problema ay nasa ating pagtatangka na mabuhay sa hinaharap at sa nakaraan nang sabay, sa halip na mabuhay sa kasalukuyan. Ang mga pasaning ito ay masyadong mabigat para pasanin ng isipan.

Dapat nating suriin ang ating mga iniisip. Kadalasan, tumatakas tayo patungo sa hinaharap o sa nakaraan. Sayang lang ito. Dapat tayong mamuhay sa kasalukuyan at punuin ang kasalukuyan ng mga iniisip tungkol sa Diyos.

Walang lugar sa mundo ang tunay na ligtas o panatag mula sa mga pangyayari at panganib. Ang tunay na proteksyon ay nakasalalay sa pamumuhay nang tapat at matwid, pakikitungo sa iba nang tapat at taos-puso, at sa panalangin, pagmumuni-muni, at pakikipag-isa sa Diyos.

Dahil dito, dapat nating gawin ang ating makakaya upang maging kasundo ng Diyos. Ang mismong kasunduang ito ang lunas sa bawat karamdaman at ang paggaling mula sa mga dagok ng buhay at mga pasa ng panahon.

Hindi tayo dapat matakot sa mga kakila-kilabot na pangyayari at bangungot sa buhay. Hindi tayo dapat matakot sa sakit, kahirapan, o aksidente. Kapag nasumpungan natin ang ating sarili sa gitna ng mga pagsubok at paghihirap, kilalanin natin ang ilusyon ng mga karanasang ito at unawain na malalampasan natin ang mga masasamang pangyayari sa pamamagitan ng positibong pag-iisip, mahusay na pagpapasya, at espirituwal na pagkakasundo sa Diyos, ang pinagmumulan ng lahat ng tulong at proteksyon.

Walang proteksyon o seguridad sa labas ng Diyos. Dapat tayong bumaling nang lubusan sa Kanya kung nais natin ng seguridad at kapayapaan ng isip.

Mahirap makamit ang ganap na kasiyahan sa mundong ito, na hindi natin tunay na tahanan. Ang

ating pag-iral dito sa mundo ay pansamantala lamang. Nandito tayo sa isang paaralan upang matuto ng mga aral sa buhay. Kapag nakalimutan natin ang katotohanang ito, nagsisimula ang ating mga problema, at napapaligiran tayo ng mga problema mula sa lahat ng panig.

Walang ibang bagay na sulit mabuhay maliban sa Diyos. Ang lahat ng iba pa ay lilipas at iiwan tayo nang mag-isa. Dapat nating hanapin ang walang hanggan at pangmatagalan. Ang pag-ibig ng tao ay panandalian at unti-unting kumukupas. Sa likod ng pag-ibig ng tao ay naroon ang banal na pag-ibig, at iyon ang pinakadakilang pag-ibig, na nagbibigay-kasiyahan sa mga hinahangad ng puso at pumapawi sa uhaw ng kaluluwa. Tamasahin natin ang lahat ng ipinagkakaloob sa atin ng Diyos nang walang paghahangad ng iba pa. Naparito tayo sa mundong ito upang matutunan kung paano makilala ang Diyos. Walang ibang layunin ang ating pag-iral dito.

Matatagpuan ng mga taimtim na naghahanap ang Diyos, at ang kanilang buhay ay mapupuno ng kapayapaan, katahimikan, biyaya, at kagalakan. Ang pagnanais na makilala Siya ay dapat na malakas at matiyaga, at ang mga resulta ay magagarantiyahan (ang kumakatok ay makakarinig). Ang mga nakakakilala sa Diyos ay nakararanas ng patuloy na kagalakan at kaligayahan.

Ang paghahanap sa Diyos ay hindi salungat sa pagkakaibigan ng tao, kasal, o paghahangad ng materyal na tagumpay. Ang mga bagay na ito ay mahalagang bahagi rin ng mga aral sa buhay. Ang mahalaga ay ang pagkakaiba sa pagitan ng realidad at ilusyon, at ang pagkilala na ang mga materyal na

layunin at tagumpay ay hindi maaaring magbigay sa atin ng kaligayahang ating inaasam at sinisikap na makamit sa pamamagitan ng lahat ng ating mga iniisip at kilos.

Hindi ginagawang malungkot o negatibo ng pilosopiyang ito ang buhay

Sumainyo ang kapayapaan

Katotohanan at realidad nang malalim

Ang katotohanan ay isang salitang nababalot ng kalabuan at maraming kalabuan. Ito ay isang konseptong mahirap ipaliwanag at linawin. Ang bawat tao'y may mga paniniwala at paniniwala, na sumusumpa sa kanilang pananampalataya na ang mga ito ang ganap na katotohanan. Ngunit paano nga ba tiyak na matutukoy ng isang tao kung ano ang totoo at totoo sa gitna ng napakaraming ideyang ito?

Ang katotohanan ay parehong relatibo at absoluto. Dumadaan ito sa maraming relatibong yugto ng pag-unlad at pagpipino bago maabot ang ganap na estado nito. Halimbawa, dalawang tao ang nag-uusap tungkol sa isang proyekto sa negosyo. Ang isa ay nagmumungkahi ng isang ideya na garantiya ng tagumpay, habang ang isa naman ay nag-aalok ng kontra-argumento na nakakamit ng parehong layunin ngunit may karagdagang mga benepisyo. Pagkatapos, may ibang nakaisip ng mas mahusay na ideya, at iba pa. Ang lahat ng mga iminungkahing pamamaraan ay hindi maikakailang "tama," ngunit sa relatibong kahulugan lamang.

Ang katotohanan ang siyang nagdudulot ng walang hanggang kaligayahan

Sa ganap na kahulugan nito, lahat ng bagay na sumasalungat sa tunay na kaligayahan ay mali, at ang nagdudulot ng pangmatagalang kaligayahan ay totoo. Ang tunay na kaligayahan ay hindi ang panandaliang kasabikan na kasama ng materyal na tagumpay o panandaliang kasiyahan, kundi ang kagalakang nagmumula sa pagkakaisa ng kaluluwa sa pinagmulan nito: Diyos Sa pamantayang ito, maaari mong husgahan ang anumang kilos na iyong gagawin batay sa resulta nito at kung ito ay magdudulot sa iyo ng pangmatagalang kaligayahan o hindi (sapagkat sa katunayan, ang mga kilos ay hinuhusgahan batay sa kanilang mga wakas!)

Ang Katotohanang Pangwakas ay ang Diyos, at ang Diyos ang Katotohanang Pangwakas. Ang buong sansinukob ay itinatag sa katotohanang ito sa pamamagitan ng mga walang hanggang batas ng Diyos. Ang mga batas na ito ay pundamental, walang-kupas na mga katotohanan, ganap na hindi mababago at lampas sa anumang manipulasyon o pagbaluktot ng tao. Halimbawa, ang ganap na karapatan ay ang umiwas sa pagpatay o pananakit, ngunit ang mas maliit sa dalawang kasamaan ay ang paggamit ng puwersa upang protektahan ang mga inosente mula sa masasama o upang protektahan ang mga mas maunlad na nilalang mula sa mga hindi gaanong maunlad. Gayunpaman, ang pagsira sa anumang bagay dahil lamang sa pagnanais na pumatay ay mali.

Ang pangkalahatang batas ay nagdidikta ng pagkakasundo at pagiging malapit sa pamamagitan ng pag-ibig, na nangangahulugang pagmamahal at

pagpaparaya. Kung nais nating matagpuan ang katotohanan, mahalaga na ang ating mga iniisip at kilos ay maging maayos, sa materyal, moral, at espirituwal, alinsunod sa mga walang hanggang batas ng banal na katotohanan.

Ang katotohanan ang sukdulang esensya Ngunit saan nakasalalay ang esensyang iyon, at paano ito matatagpuan?

May tatlong paraan upang makarating sa katotohanan: sa pamamagitan ng pandama, lohikal na pangangatwiran, at intuwisyon o pananaw ng kaluluwa.

Kung mali ang iyong pandama, mali rin ang iyong lohikal na konklusyon. Maaari kang tumingin sa abotanaw at makakita ng tila apoy dahil nakakakita ka ng usok; ngunit habang papalapit ka sa lugar, matutuklasan mo na ang tila usok ay isa lamang ulap ng alikabok. Upang malaman ang katotohanan ng anumang bagay, umaasa ka sa iyong paningin at pandinig, pati na rin sa iyong pang-amoy, panlasa, at pandama, bilang karagdagan sa kapangyarihan ng pangangatwiran. Ngunit ang mga elementong ito na pinagsama ay hindi maaaring maging pangwakas na patunay ng katotohanan, dahil kung ang mga pandama ay nagsisinungaling, ang pangangatwiran ay magsisinungaling din. Ang pangangatwiran ay bumubuo ng mga impresyon nito at dumarating sa mga konklusyon at paniniwala nito batay sa mga ulat na natatanggap nito mula sa mga pandama, ngunit ang mga pandama ay lubhang limitado ng kanilang kalikasan. Kaya naman kinausap ng mga propeta ang mga tao ayon sa kanilang antas ng pag-unawa at talino, dahil sila—ang mga tao—ay nakakakita ngunit

hindi nakakakita, nakakarinig ngunit hindi nakakaintindi o nakakaintindi (sila ay bingi, pipi, at bulag, kaya hindi sila nangangatuwiran)!

Ang tainga ng tao ay nakakarinig lamang ng isang partikular na hanay ng mga vibration; hindi nito matutukoy ang pinakamalakas o pinakamahinang mga tunog. Kung ang iyong pandinig ay sapat na napalakas, maririnig mo ang kamangha-mangha at kahanga-hangang tunog na nalilikha ng sansinukob habang ito ay dumadaloy sa walang hanggang kalawakan. Ang lahat ng bagay na umiiral ay gumagalaw, at ang paggalaw na ito ay may kasamang tunog. Walang umiiral nang walang paggalaw maliban sa kaharian ng transendente na kosmikong espiritu, kung saan walang paggalaw o vibration. Kung ang mga kakayahan ng espiritu ng tao ay sapat na nahubog, maririnig ng isa ang mga banayad na tunog gamit ang ethereal na tainga—mga tunog na malinaw na puwersa, na nagbibigay sa katawan ng mas mataas na pakiramdam ng pandinig.

Gayundin, kung ang kapangyarihan ng iyong mga mata ay palakasin, makakakita ka ng mga liwanag ng bawat kulay at uri. Ang iyong pisikal na mga mata ay nagpapakita lamang sa iyo ng isang napakaliit na saklaw ng liwanag, habang ang iyong espirituwal (etheric) na mata ay nakikita ang tunay na kalikasan ng mga bagay bilang mga imahe na binubuo ng malikhaing liwanag ng Diyos. Ang iyong buong katawan, na nakikita mo bilang isang siksik na masa ng laman, ay walang iba kundi mga electromagnetic wave. Ipinakita ni Dr. Cryle na ang utak ng isang patay na guya, at gayundin ang utak ng isang patay na tao, ay naglalabas ng napakalaking dami ng electrical radiation. Kapag ipinikit mo ang iyong mga

mata, kadalasan ay kadiliman lamang ang iyong nakikita. Ngunit sa espirituwal na pag-unlad, makakakita ka ng mga kamangha-manghang liwanag at ang liwanag ay sumisikat sa kadiliman, at hindi ito nakita ng kadiliman (ang liwanag ng langit at lupa).

Ito ang mga pangunahing katotohanan na hindi nauunawaan ng mga tao dahil ang kanilang mga pandama ay nakatutok lamang sa isang limitadong saklaw ng matinding mga bibrasyon.

Intuwisyon o paghahayag: ang kapangyarihan ng sumasaklaw sa lahat na espiritu ng kaalaman

Paano nga ba natin malalaman ang katotohanang nakatago sa likod ng mga pandama at ng kanilang mga persepsyon? Imposible ito sa pamamagitan ng pagsusuri o makatwirang paliwanag, dahil ang isip ay nakatali sa mga pandama at maaari lamang makuha ang ibinibigay ng mga pandama. Wala itong kakayahang madama ang walang katapusang mga puwersa sa paligid nito. Sa pamamagitan lamang ng paglinang ng intuwisyon ng kaluluwa o ilang intuwisyon malalaman ang katotohanan. Ang pananaw ay isang direktang persepsyon, hindi sa pamamagitan ng mga pandama—isang dalisay, totoo, at palaging tumpak na pakiramdam ng kaluluwa.

Makakakuha ka ng ideya tungkol sa katangian ng intuwisyon na ito mula sa mga sensasyong nararanasan mo ngunit hindi mo maipaliwanag, na minsan ay tinutukoy bilang "ang puso ng isang tao ang kanilang gabay". Nararamdaman mo na may mangyayari nang walang anumang ebidensya mula sa pandama. Ito ay isang katotohanan na nagpapakita ng sarili nang walang anumang lohikal na koneksyon sa mga pangyayari. Maaaring tahimik kang nakaupo

at iniisip ang isang taong matagal mo nang hindi nakikita o nakakausap, at pagkatapos ay bigla mo silang nakilala o narinig mula sa kanila. Paano iyon nangyari? Nangyayari ito sa pamamagitan ng panandaliang mga kislap ng intuwisyon. Lahat ay nakaranas na ng mga ganitong kislap.

Ang mga pagkakamali sa paghatol ay nagmumula sa kakulangan ng intuwisyon. Karamihan sa mga tao ay nakakaramdam sa kaibuturan ng kanilang kalooban na kaya nilang gumawa ng mga dakilang bagay at makamit ang mga dakilang bagay sa buhay, ngunit dahil kulang sila sa kapangyarihan ng intuwisyon, ang nakatagong potensyal na iyon ay nananatiling natutulog. Upang magtagumpay at maiwasan ang kalungkutang dulot ng mga pagkakamali, dapat sikaping maunawaan ng isang tao ang pinagbabatayang katotohanan sa lahat ng bagay. Posible lamang ito sa pamamagitan ng paglinang ng intuwisyon. Iyan ang praktikal na realidad ng bagay na ito. Samakatuwid, ipinapayo ko sa lahat na hanapin ang katotohanan sa lahat ng bagay, maging sa kanilang pakikipag-ugnayan sa iba, sa trabaho, sa kanilang pagsasama—sa madaling salita, sa bawat aspeto ng buhay. Ang intuwisyon ay mahalaga; ito ay lubhang kailangan at hindi maaaring isantabi.

Ang kakulangan ng intuwisyon ay humahantong sa mga maling desisyon at pabaya na pagkilos, lalo na sa pagpili ng mga hindi maaasahang kasosyo sa negosyo o pagiging nasasangkot sa mga maling personal na relasyon. Dahil ang katwiran ay limitado at napipigilan ng impormasyong ibinibigay ng mga pandama, kung ang mga pandama ay nalinlang, maaaring makita ng isang tao ang isang tao bilang

isang pambihirang kahanga-hanga nang hindi nalalaman ang kanilang tunay na kalikasan.

O baka isipin mong natagpuan mo na ang iyong kapareha sa buhay (ang iyong soulmate) at pinakasalan mo na ang taong iyon, ngunit ang inyong relasyon ay nauwi sa diborsyo o isang matinding alitan dahil sa hindi pagkakatatugma at kawalan ng pagkakasundo. Ngunit ang panloob na intuwisyon ay hindi nakakagawa ng ganitong mga pagkakamali. Hindi nito nakikita ang magnetismo na nagmumula sa mga mata o sa kaakit-akit at nagniningning na mukha; sa halip, nararamdaman at nauunawaan nito nang may tumpak na katumpakan kung ano ang nasa puso ng taong iyon at kilala sila kung sino talaga sila.

Dahil sa intuwisyon na aking nabuo sa tulong ng aking dakilang guro, si Sri Yuktiswar, hindi ako kailanman nagkamali tungkol sa kalikasan ng tao. Ang aking panloob na pandama ay palaging naging malaking tulong sa akin sa bagay na ito. Ngunit hindi ko sinusubukang makita ang negatibong panig ng mga tao. Upang matulungan ang iba, ibinibigay ko sa kanila ang aking walang kundisyong pagmamahal, kahit na alam kong maaari nilang pagsamantalahan ang aking tiwala para sa kanilang sariling kapakanan.

Marami sa mga taong walang intuwisyon ang namumuhunan ng pera sa mga nabigong pakikipagsapalaran sa pananalapi at, bilang resulta, nawawala ang lahat. Naging matagumpay ako sa bawat desisyong nagawa ko salamat sa aking walang-maliw na intuwisyon.

Habang lumalaki at umuunlad ang isang tao, ang intuwisyon ay lumilitaw bilang isang natatanging pakiramdam o isang mahinang boses. Dahil ang mga

babae ay mas nakikinig sa damdamin kaysa sa mga lalaki, sa pangkalahatan ay nagtataglay sila ng mas malawak na intuwisyon, maliban kung nadaig ng emosyon. Ang mga lalaki ay karaniwang ginagabayan ng katwiran, habang ang mga babae ay ginagabayan ng damdamin. Kung ang isang lalaki ay nagtataglay ng matinong pag-iisip at sensitibong kalikasan, ang balanseng ito sa pagitan ng katwiran at damdamin ay walang alinlangang makakatulong sa kanya na mapaunlad ang intuwisyon.

Pag-alam sa layunin ng buhay sa pamamagitan ng intuwisyon

Kung gagamitin mo ang iyong intuwisyon, malalaman mo ang layunin ng iyong pag-iral sa mundong ito, at kapag naunawaan mo ang layuning iyon, makakatagpo ka ng kaligayahan. Ang mundong ito ay isang entablado, at ang Diyos ang direktor. Kung ipipilit ng lahat na gampanan ang papel ng hari o reyna, walang magiging matagumpay na dula. Ang alipin, ang bayani, at ang hari ay dapat gampanan ang kani-kanilang mga papel para magtagumpay ang dula. Ang mga kontrabida ang sumisira sa magandang balangkas ng banal na dula. Ang mga pumili ng mga papel na iyon ay magbabayad ng malaking halaga para sa pagsuway sa banal na patnubay.

Anuman ang makamundong posisyon na nakamit ng isang tao o ang kayamanang kanilang naipon, hindi sila maituturing na matagumpay kung gagamit sila ng mga hindi etikal na paraan upang makamit ang kanilang mga layunin at natamo. Ang tunay na kaligayahan ay posible lamang kapag ginagampanan

ng isang tao ang kanilang papel nang tama, at hindi sa iba. Ang gumaganap bilang milyonaryo at ang gumaganap bilang maliit na mangangalakal ay pantay sa paningin ng Diyos, dahil sa Huling Araw, aalisin ng Diyos ang bawat isa sa kanilang mga ari-arian at titulo. Ang iniimbak mo sa iyong kaluluwa ang siyang sasama sa iyo pagkatapos mong lisanin ang mundong ito.

Alam ng mga dakila at matatalino, mga propeta at mga pantas, ang katotohanan dahil sa kanilang mga intuwisyon. Nauunawaan nila ang mga bagay hindi lamang gamit ang kanilang mga mata at isipan, kundi pati na rin sa pamamagitan ng kanilang malinaw at lubos na binuong intuwisyon, kung saan nalalaman nila ang lahat.

Hindi ang papel na ginagampanan natin ang mahalaga sa paningin ng Diyos, kundi kung paano natin ito ginagampanan. Huwag magdalamhati o mawalan ng pag-asa kung mahirap ang iyong papel. Ang pagtupad nang tama sa iyong papel ay garantiya ng iyong tagumpay sa paningin ng Diyos; kung hindi, hindi ka magiging tunay na malaya.

Ang meditasyon ay nagpapaunlad ng intuwisyon

Ang tanging paraan upang malaman ang katotohanan at mamuhay ayon sa mga prinsipyo nito ay ang pagyamanin ang espirituwal na pananaw o intuwisyon. Sa gayon, matatanto mo na ang buhay ay may kahulugan at ang iyong panloob na tinig ay gagabay sa iyo at mamamahala sa iyong mga hakbang, anuman ang iyong papel sa buhay.

Ang tinig na iyon ay natabunan at inilibing—matagal na panahon na—ng mga hindi malusog na kaisipan. Ang pinakasiguradong paraan upang maibalik ang tunay na pakiramdam ng katiyakan ay sa pamamagitan ng pagmumuni-muni pagkagising sa umaga at bago matulog sa gabi.

Kung paanong tinutupad ng isang tao ang kanyang mga propesyonal at sosyal na appointment, dapat din niyang tuparin ang kanyang appointment sa Diyos. Maaari nating isipin na ang ating abalang buhay ay walang iniwang oras para sa mga espirituwal na bagay, ngunit walang pumipigil sa Diyos na isipin tayo at ilaan ang ating mga pangangailangan. Dapat tayong manalangin, magnilay nang malalim, at hintayin ang Kanyang tugon. Kung tatawagin natin Siya nang may pagmamahal at malalim na pokus, sasagutin Niya ang ating mga panalangin, mararamdaman natin ang Kanyang presensya bilang kagalakan at kapayapaan sa ating mga puso. Kapag dumating ang kagalakan at kapayapaang iyon, maitatag ang isang buhay at epektibong koneksyon sa Kataas-taasang Kapangyarihan. Dapat nating sikaping samantalahin ang pagkakataong ito, dahil walang tagumpay na makakamit nang walang pagsisikap.

Kung gugugulin mo ang iyong buhay sa paghahabol sa sunod-sunod na kilig, hindi mo kailanman mararanasan ang tunay na kaligayahan. Mamuhay nang simple at tanggapin ang buhay nang mas madali. Ang kaligayahan ay nasa pagbibigay sa iyong sarili ng sapat na oras para sa malalim na pag-iisip at pagninilay-nilay sa mga magagandang bagay.

Maglaan ng oras para mag-isa paminsan-minsan at magsanay ng katahimikan nang ilang sandali; makikita mo mismo ang pagkakaiba. Kung ang radyo o telebisyon ay laging naka-on, o kung ang patuloy na pagpapasigla at libangan ay sumasakop sa iyong mga pandama, makakasira ito sa iyong mga nerbiyos at magiging iritable ka.

Huwag masyadong mag-isip tungkol sa pag-aayos ng iba. Ayusin mo muna ang sarili mo—nawa'y ayusin ka ng Diyos! Ang pinakadakilang larangan para sa kahusayan at tagumpay ay nasa tahanan. Ang isang anghel sa sarili nilang tahanan ay parang anghel sa lahat ng dako. Ang malumanay na boses at mapayapang kilos ng isang tao ay higit na kailangan kaysa saan pa man.

Isang puwersang hindi kailanman nabibigo

Kapag nakikipag-ugnayan tayo sa Diyos, ang intuwisyon at pag-unawa ang magbibigay-inspirasyon at gagabay sa atin sa lahat ng ating ginagawa. Dapat nating may malay na taglayin ang pinagpalang kapangyarihang ito. Ito ay nasa atin; kailangan lamang nating ihayag ito. Hindi ako interesado sa mga taong mausisa lamang, ngunit sa mga tunay na naghahanap ng katotohanan. Ako ay palaging nakikipag-ugnayan sa Diyos at hinahanap ko lamang ang mga taong taos-pusong nagnanais na makilala Siya.

Matutuklasan mo na ang kapangyarihang ito ay gumagana sa lahat ng bagay upang mapabuti ang iyong mga kalagayan at gawing mas madali ang mga bagay para sa iyo. Kapag kumonekta ka sa

kapangyarihang ito, ang iyong kagalingan ay puputok ng kosmikong enerhiya, at ang iyong isip ay magiging mas pino, nakatutok, matalas, at tumatagos. Mapagtatanto mo na ang iyong kaluluwa ay isang sisidlan para sa buhay na katotohanan at walang-sawang karunungan ng Diyos.

Ang Diyos ang pinagmumulan ng kalusugan, kasaganaan, karunungan, at walang hanggang kagalakan. Kapag tayo ay nakikipag-ugnayan sa Kanya, ang ating buhay ay nagiging buo at kumpleto. Ang buhay kung wala Siya ay hindi kumpleto. Dapat nating pagnilayan ang kataas-taasang kapangyarihang ito na nagbibigay sa atin ng buhay, lakas, at karunungan. Dapat tayong manalangin na ang katotohanan ay dumaloy sa ating isipan, lakas sa ating katawan, at walang hanggang kagalakan sa ating kaluluwa.

Sa likod ng kadiliman ng nakapikit na mga mata ay naroon ang mga kamangha-manghang puwersa ng sansinukob, lahat ng mabubuting kaluluwa at mararangal na espiritu, at ang walang hanggang kalawakan ng mga espirituwal na kaharian. Kung iyong pagninilayan, iyong mamamalayan ang ganap na katotohanan at masasaksihan ang kahanga-hangang gawa nito sa iyong buhay at sa lahat ng kahanga-hanga at maluwalhati sa paglikha.

Nawa'y pagkalooban ka ng Diyos ng tagumpay at kapayapaan ay sumaiyo

**Ang pag-aayuno ay kalusugan at kagalingan
"Dapat kayong mag-ayuno, sapagkat walang katulad nito" (Hadith)**

[Ang paksang ito ay hindi sumasalungat sa pag-aayuno na nabanggit sa Banal na Quran, ni hindi rin nito hinihiling sa sinuman na talikuran ang kanilang tradisyonal na pamamaraan ng pag-aayuno, na aming iginagalang, at iginagalang namin ang mga nag-aayuno, nananalangin sa Diyos na palagi silang pagpalain at tanggapin ang kanilang pag-aayuno. Ang ibig sabihin dito ay therapeutic fasting para sa mga partikular na pisikal at espirituwal na resulta, at samakatuwid ang paglilinaw na ito ay kinakailangan]

Ang mga pisikal na resulta at espirituwal na karanasan ng pag-aayuno ay tunay na kamanghamangha. Ang kaluluwa ay napalaya mula sa mga hinihingi ng katawan kapag ito ay nakalaya mula sa mabibigat at magaspang na mga gawi. Natapos ko na ang aking ika-tatlumpung araw ng pag-aayuno, at ang pakiramdam ay natural lamang na parang hindi ako nakatikim ng pagkain.

Dapat subukang mag-ayuno nang tatlong araw o mas matagal pa kung maaari ang lahat ng may kakayahang ito, at unti-unting matutuklasan nila na posible palang mabuhay nang walang pagkain.

Ang mga malulusog na indibidwal ay hindi dapat mahirapan sa pag-aayuno nang tatlong araw. Ang pinalawig na pag-aayuno ay dapat isagawa sa ilalim ng pangangasiwa ng isang espesyalista. Ang sinumang dumaranas ng mga malalang sakit o pisikal na kapansanan ay dapat lamang mag-ayuno pagkatapos kumonsulta sa isang manggagamot na may karanasan sa pag-aayuno at nutrisyon.

Ang mga pisikal na pananakit at kirot ay mga palatandaan ng isang malfunction sa mga sistema ng katawan at isang pangangailangan para sa pagkukumpuni at pagpapanatili. Pinapanatiling malinis at maayos ng mga tao ang kanilang mga

sasakyan! Ang katawan ng tao ay mas kumplikado at masalimuot kaysa sa anumang sasakyan, at nais ng Diyos na panatilihin natin itong malinis at gumagana nang maayos, habang higit na umaasa sa Kanyang kapangyarihan. Ang sikreto sa mabuting kalusugan ay hindi lamang nakasalalay sa mga elementong kemikal kundi pati na rin sa pag-asa sa kapangyarihan ng Diyos, o sa puwersa ng buhay sa loob ng katawan.

Ang puwersang ito ng buhay sa loob ng ating mga katawan ang tunay na pinagmumulan ng buhay. Ito ay isang patuloy na puwersa na, sa utos ng Diyos, ay lumilikha at nagpapanatili sa ating mga organo. Ang puwersang ito ng buhay ay pinapalakas ng kapangyarihan ng isip at pinapalusog ng pagkain. Gayunpaman, kung ito ay maling gamitin, ito ay humihinto sa paggana at kalaunan ay tumatangging gumana. Halimbawa, ang kapangyarihan nito ay maaaring humina sa mga mata, na humahantong sa malabong paningin. Walang pagkain ang makapagbibigay ng lakas, walang pagbabago ng hangin ang makapagpapaginhawa sa mga selula at makapagpapasigla sa mga ito, at walang makapagpapanumbalik ng enerhiya sa katawan kapag ang likas na puwersa ng buhay nito ay nagsimulang humina.

Ang pag-aayuno ay nagpapahinga sa mga napagod na organo, pati na rin ang mga sistema ng katawan at ang mahalagang enerhiya mismo, na nagpapalaya dito mula sa labis na trabaho. Kapag tumigil ka na sa pagmumungkahi sa mahalagang enerhiya na dapat itong umasa sa mga panlabas na pinagmumulan ng pagkain, tubig, oxygen, at sikat ng araw para sa pag-iral nito, ito ay nagiging malaya at umaasa sa sarili.

Ang labis na pagkain sa loob ng 365 araw sa isang taon ay humahantong sa iba't ibang sakit. Ang patuloy na pagkain, kailanganin man ito ng katawan o hindi, ay tunay na isang sumpa dito. Habang mas nakatuon ang isang tao sa kanilang panlasa at sinusubukang busugin ito, mas maraming sakit ang kanilang dadanasin. Masarap ang masiyahan sa pagkain, ngunit ang pagkaalipin dito ay may masasakit na komplikasyon at malubhang kahihinatnan. Kaya, sinasaktan ng isang tao ang kanilang sarili sa pamamagitan ng kanilang pagkakabit sa katawan at sa mga hinihingi nito. Panahon na para mapagtanto ng mga tao na ito ang puwersa ng buhay na nagpapanatili sa katawan at nagpapanatili nitong masigla at masigla.

Dapat nating—nang walang obsesyon—bigyang-diin ang isip upang palakasin ang mga kapangyarihan nito at gawin itong mas umaasa sa sarili. Kung ipipilit ng isang tao na alipinin ang kanilang isip sa katawan, gaganti ang isip sa pamamagitan ng pagsuko sa kapangyarihan nito, na pipilitin ang indibidwal na umasa sa ibang tao o sa ibang bagay para sa tulong. Walang doktor o gamot ang makakatulong sa isang pasyente na ang isip ay nanghina nang husto kaya lumala ang sakit. Tatlong-kapat ng lunas ay nasa isip.

Sa India, natututo tayong lupigin ang katawan gamit ang lakas ng loob, na nagbibigay-daan sa isang tao na lubos na umasa sa isip. Ang mga patuloy na gumagamit ng pisikal na paraan para sa kalusugan at paggaling ay nasasanay na sa mga ito at sa gayon ay patuloy na umaasa sa mga ito. Ngunit ang kapangyarihang pangkaisipan ay higit na dakila. Dapat unti-unting matutunan ng isang tao na masulit ang isip at ang mga kakayahan nito; saka niya mapagtatanto na ang isip ay isang sukdulang

kasangkapan, at gagawin ng isip ang anumang hilingin dito. Nakita at naranasan ko ito mismo sa sarili kong buhay.

Isang araw, nagbibigay ako ng lektura, at napakainit noon. Tumutulo ang pawis sa mukha ko, at hindi ko mahanap ang panyo ko. Sandali akong nawalan ng malay, pero itinuon ko ang buong atensyon ko sa gitna ng aking kalooban (ang pagitan ng aking mga kilay) at tahimik na nanalangin, "Panginoon, sa pamamagitan ng Iyong biyaya, lumamig ang aking katawan!" Agad na nawala ang pawis, at lumamig ang aking katawan gaya ng nararapat! Samakatuwid, ang pag-asa sa isip ay may napakalaking pakinabang! Gayunpaman, hindi dapat lumabis ang isang tao at tuluyang itanggi ang katawan, dahil kung gagawin niya ito, hindi siya makakapag-isip, makakakain, o makakagalaw.

May mga taong naghahangad na patunayan ang kontrol ng isip sa katawan, pangunahin upang ipakita ang kalusugan. Ngunit ang kalusugan ay hindi ang pangunahing layunin ng buhay. Ang pag-abot sa Diyos ang tunay na layunin. Maaaring makaramdam ang isang tao ng kalusugan sa loob ng ilang panahon, ngunit darating ang panahon na walang makakatulong. Kung gayon, sino ang tutulong? Ang Diyos Ang pag-aayuno ay isa sa mga pinakamahusay na paraan upang mapalapit sa Diyos. Pinalalaya nito ang puwersa ng buhay mula sa pagkaalipin sa pagkain, na nagpapatunay na ang Diyos ang nagpapanatili sa ating mga katawan at pinapanatili itong buhay.

Ngunit ang mga nakagawian ay napakalakas kaya ang pag-iisip pa lamang ng pagkain ay nagpaparamdam sa iyo ng pagnanais na kumain kaagad. Minsan, noong ako ay bata pa sa India,

sinipon ako. Gusto ko ng sampalok, na itinuturing na napakasama para sa sipon. Matigas ang ulong tumanggi ang aking kapatid, ngunit dahil sa aking pagpupumilit, dinalhan niya ako ng prutas. Nguyain ko ang isang piraso at pagkatapos ay idinura ito nang hindi nilulunok, dahil nasiyahan na ang aking pagnanasa sa lasa. Ang mga tao ay madalas na kinokontrol ng katakawan. Sa kasamaang palad, hindi nilikha ng Diyos ang katawan sa paraang nagbibigay-daan sa atin na tamasahin ang panlasa at magpakasawa sa mga nakakapinsalang labis o kumain ng hindi malusog na pagkain nang hindi nasisira ang sistema ng pagtunaw at iba pang mga organo.

Ngunit sa katotohanan, ang tanging landas tungo sa kalusugan at kaligayahan—ang pinakamatalinong landas—ay ang pagpipigil sa sarili. Isa sa mga pinakadakilang tagumpay na maaaring makamit ng isang tao ay ang maging panginoon sa kanilang sarili, hindi sumailalim sa paniniil ng kanilang mga pandama. Kung ilalagay mo ang isang aparato sa labis na karga ng kuryente na hindi makatiis sa ganitong labis na karga, ito ay masusunog. Gayundin, sa tuwing mag-o-overload mo ang iyong digestive system ng pagkain, ang puwersa ng buhay na responsable para sa panunaw ay nauubos. Kapag huminto ka sa labis na pagkain at kapag nag-aayuno ka, ang puwersa ng buhay na ito ay nagpapahinga at muling narerecharge ng kosmikong enerhiya.

Kung masira ang iyong sasakyan, ipadala mo ito sa isang talyer. Pagkatapos maisagawa ang mga kinakailangang pamamaraan, mas maayos itong tumatakbo nang ilang sandali hanggang sa may masira pa, at ibabalik mo ito para sa karagdagang maintenance at pagkukumpuni. Ganito rin sa

katawan. Kamangha-mangha ang mga pisikal na epekto ng pag-aayuno. Ang tatlong araw na pag-aayuno sa orange juice ay pansamantalang magpapagaling sa katawan. Ngunit ang mas mahabang pag-aayuno ay lubos na magpapagaling dito, at mararamdaman mong kasinglakas ka ng bakal. Kung nais mo ng pangmatagalang kalusugan, dapat mong palaging subaybayan ang kalidad at dami ng pagkaing iyong kinakain.

Dapat mong malaman kung ano ang gagawin habang nag-aayuno. Mahalaga ang pangangasiwa ng doktor para sa mga nais mag-ayuno nang higit sa tatlong araw. Hindi ko ipinapayo sa sinuman na gawin ang kanilang unang pag-aayuno nang masyadong mahaba, dahil sila ay makakaramdam ng panghihina at pagod. Ang pag-aayuno isang araw sa isang linggo sa katas ng prutas o tatlong magkakasunod na araw bawat buwan sa katas ng orange ay mabubuting paraan upang masanay sa pag-aayuno. Ang taong nag-aayuno ay dapat na handa sa sikolohikal na paraan upang harapin ang mga nakikiramay na sisiguraduhin sa kanila na sila ay magkakasakit o mamamatay (huwag nawa) kung hindi sila kakain. Totoo na maaari kang makaramdam ng panghihina sa mahabang pag-aayuno, ngunit nangyayari lamang ito sa mga unang araw dahil ang iyong puwersa ng buhay ay nasanay na sa pagkain. Ngunit unti-unti, habang lumilipas ang mga araw, nawawala ang anumang pakiramdam ng panghihina. Ang iyong puwersa ng buhay at espiritu ay humihiwalay sa pagkain, at matutuklasan mo na ang katawan ay tunay na sinusupportahan ng puwersa ng buhay.

Alam ko ang sikreto kung paano maaaring mag-ayuno ang isang tao nang hindi nababawasan ang timbang. Kapag ang puwersa ng buhay ay

sinasadyang kinokontrol, maaari itong gamitin upang mabawasan ang timbang ng katawan o mapanatili ito. Kapag ginamit ang pamamaraang ito, ang natural na temperatura ng katawan ay hindi bumababa, gaano man katagal ang panahon ng pag-aayuno. Sa pamamagitan ng paghila ng kosmikong enerhiya sa pamamagitan ng isang partikular na channel sa katawan, ang puwersa ng buhay ay pinupunan muli ng enerhiyang iyon sa halip na umasa sa mga panlabas na mapagkukunan.

Ang buhay ay walang hanggan at hindi nakasalalay sa paghinga, pagkain, tubig, o sikat ng araw. Tandaan na ikaw ay isang imortal na kaluluwa na nabubuhay una sa lahat sa pamamagitan ng kapangyarihan ng Diyos at wala nang iba.

Ang kamalayan ay nananatiling buhay pagkatapos ng pisikal na kamatayan, ngunit ang karaniwang tao ay nawawala ang pakiramdam ng pagpapatuloy at naniniwalang sila ay patay na. Bawat isa sa atin ay makakaranas ng pisikal na kamatayan balang araw, kaya hindi mo ito kailangang katakutan. Hindi mo natatakot na mawalan ng pandama sa iyong katawan habang natutulog; sa halip, tinatanggap mo ang pagtulog bilang isang estado ng kalayaan na sabik mong inaabangan. Gayundin, ang kamatayan ay isang estado ng pahinga—pagreretiro mula sa buhay. Walang dapat katakutan. Kapag dumating ang kamatayan, pagtawanan mo ito. Ang kamatayan ay isa lamang pagsubok na ang layunin ay magturo ng isang malalim na aral. Ikaw ay isang kaluluwa, at ang kaluluwa ay hindi namamatay. Hindi mo na kailangang maghintay na ituro ito sa iyo ng kamatayan kung maaari mo na itong malaman ngayon. Ang unang aral na dapat mong matutunan ay ang buhay ay hindi nakasalalay sa pagkain. Sa

pamamagitan ng pag-aayuno, makumpirma mo ito para sa iyong sarili.

Dapat pagsikapan ng bawat isa na paunlarin ang kanilang mga kakayahang pangkaisipan upang mas mahusay nilang magampanan ang kanilang mga tungkulin sa lahat ng pagkakataon. Dapat sundin ang kaayusan at disiplina; gayunpaman, hindi dapat maging mahigpit kundi maging flexible at lohikal sa pagharap sa buhay at mga hamon nito.

Ang lahat ng pangunahing gawi ng isang bata ay nabubuo sa pagitan ng edad na tatlo at pito. Ang isang suportadong kapaligiran ay tumutulong sa kanilang pag-unlad. Gayunpaman, ang pagbabago ng mga kilalang tendensiya ay nangangailangan ng espesyal na gabay.

Sa aking pribadong paaralan, binigyan ko ang mga batang lalaki ng mahigpit na pagsasanay sa pagharap sa katawan. Nag-ayuno at natulog sila sa isang kumot sa sahig nang walang unan. Minsan ay nagmumuni-muni sila nang maraming oras. Ang pagtulong sa mga bata na makalaya mula sa pagkaalipin sa katawan ay napakahalaga at isang panghabambuhay na biyaya. Minsan, isa sa aking mga estudyante ang umupo at nagmumuni-muni nang labindalawang oras nang hindi kumukurap. Ang ganitong balanse ay nagdudulot ng napakalaking kagalakan. Ang mainam na pagsasanay ay nakasalalay sa balanseng, siyentipikong disiplina ng katawan, isip, at kaluluwa. Ito ang esensya at kahalagahan ng pag-aayuno.

Mayroong metapisikal at transendental na kaalaman sa likod ng pag-aayuno. Sa katunayan, hindi lamang sa tinapay nabubuhay ang tao. Dalawang bagay ang nag-uugnay sa atin sa lupa: hininga at pagkain. Habang natutulog, hindi

namamalayan ng isang tao ang pangangailangan para sa hininga o pagkain dahil ang kaluluwa ay hiwalay sa kamalayan ng katawan. Ang pag-aayuno ay nagpapaangat sa isip sa parehong paraan. Sa pamamagitan ng pag-aayuno, ang isip ay umaasa sa sarili nitong likas na kapangyarihan. Kapag ang mga kapangyarihang ito ay lumilitaw, ang puwersa ng buhay sa katawan ay pinapalakas ng walang hanggang enerhiya na patuloy na dumadaloy mula sa kosmikong eter patungo sa katawan sa pamamagitan ng utak at gulugod.

Kapag ang puwersa ng buhay ay hiwalay sa mga panlabas na pinagmumulan ng materyal na sumusuporta sa katawan, nararamdaman nito ang suporta mula sa loob, at napagtatanto ng isip na ang mga solidong materyales na sinasandalan ng katawan ay mga magaspang at purong manipestasyon lamang ng enerhiya. Pagkatapos, ang isip ay maaaring direktang makipag-ugnayan sa puwersa ng buhay, na tinuturuan itong magdulot ng mga ninanais na pagbabago sa katawan.

Ang isip ay may kapangyarihang gawin ang anumang bagay. Kaya naman nagawa ni Hesukristo na gawing tinapay ang mga bato, tulad ng tubig na dumaloy mula sa pagitan ng mga daliri ng Propeta, sumakanya nawa ang kapayapaan, nang ilagay niya ang kanyang kamay sa isang sisidlan na may kaunting tubig at sinabing: Halina't dumalo sa banal na paglilinis at sa pagpapala mula sa Diyos.

Samakatuwid, ang ganap na pag-asa sa pagkain ay isang kawalan ng katarungan sa isip at sa puwersa ng buhay ng tao. Sa pamamagitan ng matagal na pag-aayuno, natatanto ng nag-aayuno na ang lahat ay talino lamang.

Ang bawat kapangyarihan, katawan, o bagay sa sansinukob na ito ay produkto ng banal na pag-iisip, tulad ng lahat ng bagay na nakikita mo sa isang panaginip ay nilikha ng subconscious mind.

Hawak ng isip ang katawan. Habang nag-aayuno, kung sa tingin mo ay hihina ang iyong katawan bilang resulta, hihina talaga ito. At kung sa tingin mo ay mababawasan ng pag-aayuno ang iyong lakas, mararamdaman mong mahina ka dahil sa kaisipang iyon.

Pero kung kukumbinsihin mo ang sarili mo na malakas ang katawan mo, hindi ka mapapagod; sa halip, makakaramdam ka ng maganda at nakakapreskong enerhiya. Karamihan sa mga tao ay hindi ito alam dahil hindi pa nila ito naranasan.

Hindi ihahayag ng isip ang mga kababalaghan nito maliban kung paganahin mo ang mga kapangyarihan nito. At hindi ito gagana hangga't umaasa ka nang labis sa mga materyal na bagay. Samakatuwid, ang mga kababalaghan nito ay nananatiling nakatago mula sa ordinaryong pandama.

Ngunit kapag natuto ka - sa pamamagitan ng pag-aayuno - na umasa sa katwiran, makikita mo itong gumagana sa lahat ng bagay, maging sa pagdaig sa karamdaman, pagdadala ng kasaganaan at kasaganaan, o pagkamit ng sukdulang layunin ng buhay: ang paghahanap sa Diyos.

Sinumang makakakontrol sa kanilang isipan ay makakakontrol din sa kanilang katawan at mga pangangailangan nito, at makakamit ang espirituwal na kapayapaan at kalayaan mula sa mga hadlang sa lupa na nagbubuklod sa kaluluwa at katawan.

Sa kabilang banda, ang paniniwala sa kawalan ng materya at sa unibersalidad ng espiritu ay hindi dapat nakabatay sa malabong mga teorya o teoryang hindi

maipaliwanag nang lohikal, bagkus ay dapat itong nakabatay sa praktikal na pundasyon at malalim na kamalayan sa sarili.

Karaniwang kinikilala ng mga tao ang katawan na pinapanatili ng pagkain, ngunit hindi nila natatanto na ang pangunahing pinagmumulan ng katawan ay ang puwersa ng buhay. Hindi kayang buhayin ng pagkain o ng anumang panlabas na paraan ang isang katawan na nawalan na ng kosmikong agos.

Ang ugnayan sa pagitan ng pisikal na katawan at isip ng tao ay enerhiya, o puwersa ng buhay. Natuklasan ng mga sinaunang pantas na Indian ang enerhiyang ito (prana) at binuo ang agham na tinatawag na pranayama , na nangangahulugang sinasadyang pagkontrol sa puwersa ng buhay sa katawan.

Si Hesukristo ay nag-ayuno sa ilang sa loob ng apatnapung araw. At ang Propeta, sumakanya nawa ang kapayapaan, ay nag-aayuno noon at nagsasabi: "Mag-ayuno ka at ikaw ay magiging malusog."

Ang mga hindi kailanman nag-aayuno ay hindi maaaring malaman mula sa karanasan na posible ang buhay nang walang pagkain

Sa mga unang yugto ng isang linggong pag-aayuno, naroroon ang gutom. Gayunpaman, habang lumilipas ang mga araw, ang pakiramdam ng gutom ay nababawasan, at ang taong nag-aayuno ay nakakaranas ng gaan, enerhiya, sigla, at isang pakiramdam ng kalayaan mula sa mga limitasyon ng katawan. Bakit? Dahil ang pagkakait sa katawan ng pisikal na pagkain ay pinipilit itong umasa sa di-materyal na sustansya: isang daloy, enerhiya, aktibidad, o puwersa ng buhay.

Ang kalooban ng tao ang pinakadakilang tagapaglikha ng enerhiya. Sa pamamagitan ng lakas

ng loob at kusang pagnanasa, mabilis na makakakuha ang isang tao ng espirituwal na kapangyarihan mula sa walang hanggang imbakan.

Ang isang taong ayaw gawin ang kanilang pang-araw-araw na gawain ay nakakaramdam ng kakulangan ng enerhiya at sigla. Sa kabilang banda, ang isang taong masigasig, masigasig, at may tunay na pagnanais na magtrabaho ay nababalot ng kosmikong agos, at ang kanilang katawan at espiritu ay napupuno ng mga elemento ng sigla.

Sinumang nakakaalam at nagsasagawa ng mga metapisikal na paraan ng pamumuhay nang may determinasyon, at nakakaalam kung paano sinasadyang kumuha ng puwersa ng buhay mula sa walang-kaubos-ubos na kosmikong pinagmumulan nito, ay malaya mula sa maraming pisikal na limitasyon.

Sinasabi ng mga pantas at yogi ng India na ang materya ay isang purong kakanyahan ng pag-iisip. Pinatunayan ng ilan sa kanila ang katotohanang ito sa pamamagitan ng pagpapakita ng kakayahang magkatawang-tao at manipulahin ang kanilang sariling katawan at iba pang mga bagay sa pamamagitan ng kalooban.

Napatunayan ng modernong agham na ang materya ay binubuo ng mga puwersang pang-vibrasyon. Ang mga elementong kemikal na bumubuo sa lahat ng anyo at hugis sa sansinukob, mula sa mga bato at planeta hanggang sa mga tao, ay wala kundi iba't ibang anyo at baryasyon ng mga pangininginig ng elektron. Halimbawa, ang yelo ay nailalarawan sa lamig, bigat, at hugis nito. Makikita at mahahawakan ito. Kung tunawin natin ang yelo, ito ay nagiging tubig. Kung pakuluan natin ang tubig, ito ay nagiging singaw at pagkatapos ay nagiging hindi nakikita.

Samakatuwid, mula sa isang siyentipikong pananaw, ang yelo o niyebe ay hindi tunay na umiiral, kahit na ito ay napapansin ng ating mga pandama. Ang esensya nito ay mga hindi nakikitang elektron, o mga anyo ng enerhiya.

Sa madaling salita, ang maaaring matunaw o matunaw sa isang di-nakikitang estado ay hindi masasabing mayroong tunay na pag-iral. Mula sa pananaw na ito, ang materya ay maaaring ituring na hindi umiiral, ngunit ang pag-iral nito ay relatibo.

Ang materya ay umiiral kaugnay ng ating isipan. Ngunit sa esensya, ito ay isang di-nakikitang puwersa na hindi nawawala o nagbabago maliban sa anyo at pisikal na anyo.

Gayundin, ang isip at materya ng tao ay mga manipestasyon ng banal na kamalayan, na umiiral lamang sa anyo. Ang katotohanan ay tanging ang pangkalahatang isip lamang ang tunay na umiiral.

Kung paanong ang isang bata ay ipinanganak ng mga magulang, ang materya ay nakasalalay sa isip para sa pag-iral nito. Ang materya ay isang produkto ng banal na pag-iisip at tila napapansin ng isip ng tao. Sa ganang sarili nito, ang materya ay walang realidad dahil wala itong likas na pag-iral.

Ang mga elektronikong puwersa ng materya, bagama't baliw, ay naglalaman ng mga bibrasyon ng may kamalayang kosmikong puwersa ng buhay, na siya namang nagmumula sa isang banal na pinagmumulan.

Sinabi ng Diyos, “Ang Liwanag ng langit at ng lupa,” kaya't magkaroon ng liwanag, at nagkaroon ng liwanag. Nangangahulugan ito na ang pokus ng banal na isipan at banal na kalooban ay naging liwanag o nag-iingay na enerhiya.

Ang kosmikong agos ng buhay at ang mga electron na kalaunan ay nag-vibrate nang may mas matinding puwersa ay naging magkakaibang, malinaw na mga puwersa ng kalikasan. Ang mga puwersang ito ay nagpakita bilang mga pangunahing materyal na elemento kung saan binubuo ang pisikal na uniberso.

Ang materya ay totoo at nahahalata ng kamalayan ng tao. Ngunit sa pamamagitan ng karanasan, lohika, at ilang eksperimento sa laboratoryo, natuklasan ng sangkatauhan na dapat mayroong isang permanente at hindi nagbabagong malikhaing puwersa sa likod ng lahat ng mga ilusyonaryong imahe at anyo ng maliwanag na mundo.

Ang katotohanang ito ay mauunawaan sa pamamagitan ng pag-unawa sa katangian ng karagatan, na umiiral kahit na ang mga alon nito ay pansamantalang manipestasyon ng iisang dakilang esensya: ang karagatan mismo. Ang mga alon ay hindi maaaring umiral nang wala ang karagatan, ngunit ang karagatan ay umiiral kasama at walang mga alon.

Ang mga konseptong ito ay maaaring maunawaan sa pamamagitan ng intelektwal na paraan, ngunit hindi ito tunay na mauunawaan maliban kung matutunan ng isang tao na baguhin ang materya tungo sa puwersa ng buhay, at ang puwersa ng buhay tungo sa kamalayang kosmiko, tulad ng ginawa at patuloy na ginagawa ng mga propeta, ilang dakilang pigura, at ng mga may kaalaman sa sarili. Para sa mga naliwanagang indibidwal na ito, ang materya ay hindi umiiral sa sarili nito, sapagkat alam nila nang may katiyakan na sa ilalim ng mga alon ng paglikha ay naroon ang hindi nagbabago at hindi nababagong karagatan ng espiritu.

Sa mga pilosopiya ng Vedanta at Yoga, ang sansinukob ay isang panaginip sa loob ng walang hanggan at gising na kamalayan ng Diyos (na hindi naaabutan ng antok o tulog). Ang materya at isip, ang sansinukob kasama ang mga bituin at planeta nito, ang siksik na mga alon sa ibabaw at ang banayad at malinaw na mga agos sa ilalim ng materyal na paglikha, ang mga kakayahan ng tao sa pakiramdam, kalooban, at kamalayan, at ang mga estado ng buhay at kamatayan, gabi at araw, kalusugan at karamdaman, tagumpay at pagkabigo, ay pawang mga katotohanan ayon sa batas ng relatibidad na namamahala sa kosmikong panaginip na ito.

Lahat ng nakikita sa pamamagitan ng lente ng relatibidad ay totoo lamang sa taong mapangarapin, na gumaganap ng kanilang maliit na bahagi sa dakilang kosmikong panaginip. Upang makatakas sa kosmikong ilusyon, o sa batas ng relatibidad, dapat magising ang sangkatauhan mula sa panaginip na ito tungo sa walang hanggang kamalayan sa Diyos.

Hindi natin mababago ang pangarap na ito sa pamamagitan ng imahinasyon o pagtangga, sa pamamagitan ng pagtanggap sa buhay habang tinatanggihan ang kamatayan, o sa pamamagitan ng pagkilala sa kalusugan habang binabalewala ang karamdaman. Ang bawat estado ay mahalagang bahagi ng kabaligtaran nito, tulad ng kabilang panig ng isang barya o isang piraso ng tela. Ang mga dualidad ay hindi magkakahiwalay kundi magkakaugnay. Ang naghahanap ng katotohanan ay hindi nagtatangkang paghiwalayin ang mga ito sa kanyang isipan, ngunit sa halip ay nilalampasan ang mga ito sa pamamagitan ng kaalaman at karunungan.

Sinumang gustong tanggapin lamang ang mga positibo, masaya, at kapaki-pakinabang na aspeto

bilang mga katotohanang may dualismo ay isang taong nakalubog sa mga ilusyon ng isang mapangaraping mundo.

Kung paanong ang isang tao ay may mga panaginip na tila totoo sa loob ng ilang panahon, ngunit nawawalan ng bisa kapag lumipat sila sa isang estado ng pagkagising, posible rin para sa isang tao na magising mula sa isang panaginip ng materya na tila totoo at mamuhay sa tunay at hindi nagbabagong mundo ng espiritu.

Tanging ang perpektong indibidwal, na natutong palawakin at baguhin ang kanilang kamalayan tungo sa walang hanggang Ganap sa pamamagitan ng meditasyon at pagmumuni-muni, ang makakaunawa sa paglikha bilang isang banal na panaginip. Tanging sila lamang ang makakapagpahayag nang may katiyakan na ang materya ay hindi umiiral. Sa pamamagitan ng patuloy na disiplina sa sarili, pagpapaunlad ng panloob na lakas, at pagsasagawa ng siyentipikong yoga meditation, o anumang iba pang landas tungo sa espirituwal na pagsasakatuparan—maging ito ay pananampalataya, pagmamahal, paglilingkod, pagtangga sa sarili, o taos-pusong pagsamba—ang naghahanap sa Diyos ay maaaring magwawasak ng mga dualidad at makaunawa sa walang hanggang pagkakaisa sa likod ng lahat ng manipestasyon ng maraming bagay at pagkakaiba-iba.

Sinumang malaya mula sa kosmikong ilusyon ay nakakaalam na ang Diyos na Makapangyarihan sa lahat ay siyang lahat sa lahat ng nilalang, at sa gayon ay naaantig ang kanyang banal na kamalayan at natatanto ang diwa ng katotohanan.

Sumainyo ang kapayapaan

Ang mayaman ay siyang pinayaman ng Diyos

**Ayon sa isinalaysay ng gurong si Paramhansa
Yogananda**

Si Emperador Akbar (1556-1609 CE) ay isa sa mga emperador ng Mughal ng India at isa sa mga pinakadakilang pinuno ng kontinente ng Asya sa buong kasaysayan. Nakuha niya ang titulong "Patron ng Sangkatauhan" dahil sa kanyang hustisya at pagiging patas sa kanyang mga mamamayan at sa kanyang tunay na pagmamalasakit sa kanilang kapakanan. Masigasig din siyang nagtrabaho upang mabawi ang mga nawalang teritoryo ng India at pag-isahin ang mga ito sa isang malakas at sentralisadong estado.

Si Akbar ay isang mahusay na tagapagtaguyod ng pagpaparaya sa pagitan ng iba't ibang relihiyon sa India. Noong panahon ng kanyang paghahari, ang Hinduismo at Islam ay umunlad nang magkasama nang may ganap na pagkakasundo. Ang emperador na Muslim (Akbar) ay minsan ay nagsusuot ng kasuotang Islamiko at pumupunta upang magdasal sa moske, at sa ibang mga pagkakataon ay nagsusuot siya ng mga damit Indian at pumupunta sa templo ng Hindu para sa pagmumuni-muni at pagsamba.

Ang mapagbigay at mapagbigay na emperador na ito ay hindi tumigil kahit isang araw sa pagbibigay ng mga regalo at donasyon sa mga nangangailangan at mga institusyong panlipunan sa buong bansa.

Nakaugalian na niyang sumakay sa isang marangyang karwahe ng hari na hinihila ng walong magagaling na kabayo. Ipapahayag ng mga guwardiya at tagapagbalita ang pagdating ng

kanyang kahanga-hangang prusisyon gamit ang mga tambol, simbalo, at trumpeta sa buong lungsod.

Sa kabila ng lahat ng kaluwalhatian at karilagan na ito, may mahigpit na utos mula sa pinakadakila sa kanya na itigil ang prusisyon anumang oras at saanman lugar kung ang sinuman sa mga nasasakupan ay nais humiling sa kanya o humingi ng tulong.

Isang araw, habang ang maringal na prusisyon ng hari ay dumadaan sa isang malawak na daan na may mga puno sa magkabilang panig, napansin ng emperador ang dalawang bulag na nakaupo ilang metro ang layo, sumisigaw ng tulong at kawanggawa.

Inutusan ng matanda ang kariton na huminto sa harap ng unang bulag, na sumisigaw:

"Ang mayayaman ay ang mga pinayayaman ng emperador"

Matapos makinig nang mabuti sa pariralang iyon, hiniling niya sa drayber na lumapit sa isa pang bulag na sumisigaw:

"Ang tunay na mayaman ay ang taong pinayaman ng Diyos"

Sa loob ng isang buong buwan, naririnig ng emperador ang parehong dalawang parirala sa tuwing madadaanan niya ang dalawang bulag na lalaking humihingi ng kayamanan sa kanya at sa Diyos. Sa wakas, isang habag ang pumukaw sa kanya, at nais niyang tulungan ang unang lalaki, na ang motto ay: "Ang pinakamayaman ay siyang pinayayaman ng emperador."

Isang araw, hiniling ni Akbar sa panadero ng palasyo na maghurno para sa kanya ng isang malaking tinapay (na gawa sa makapal na kamaj) na may gitnang puno ng purong ginto. Ibinigay ni Akbar ang tinapay na ito sa unang bulag at tuluyang binalewala ang pangalawa, na umaasa sa kayamanan mula sa Diyos, hindi sa emperador.

Di-nagtagal pagkatapos noon, si Akbar ay naglakbay sa pangangaso, at pagbalik niya ay nadaanan niya ang kalyeng iyon at nakita ang bulag na nagbigay sa kanya ng tinapay na ginto na nasa kanyang kinaroroonan pa rin, sumisigaw gaya ng dati: 'Ang mayaman ay siyang pinayaman ng emperador'

Hiniling niya na ihinto ang karwahe ng hari sa harap ng bulag at sinabi sa kanya: "Ano ang ginawa mo sa tinapay na ibinigay ko sa iyo?"

Sumagot ang lalaki:

"Kamahalan, ang tinapay na ibinigay ninyo sa akin nang may kabaitan ay masyadong malaki at hindi naluto nang maayos dahil masyadong mabigat, kaya ipinagbili ko ito sa halagang sampung fils sa isa pang bulag at nagpapasalamat ako na natanggap ko ang mga fils na iyon na nagmula sa inyong pagkabukas-palad."

Hinanap ni Akbar ang isa pang bulag ngunit hindi niya ito matagpuan. Matapos magtanong tungkol sa kanya, nalaman niyang ibinigay niya ang tinapay sa kanyang asawa, at nang buksan niya ito, natagpuan niya ang ginto. Gamit ito, bumili sila ng isang maliit na bahay, at bumuti ang kanilang kalagayan matapos ipagkaloob ng Diyos ang kanilang kahilingan at pagyamanin sila ng Kanyang masaganang biyaya.

Nang marinig ito, naunawaan ng emperador ang malalim na kahulugan ng pangyayari. Taglay ang walang kapantay na pagpapakumbaba, nagkunwari siyang nababagabag at nagagalit at sinaway ang unang bulag, na sinasabi:

"Anong ginawa mo, hangal ka? Ibinigay mo ang tinapay kong puno ng ginto sa kaibigan mong umaasa sa Diyos at hindi sa akin para sa kayamanan. Mula ngayon, dapat mong gamitin ang kanyang motto at ipahayag gaya ng dati niyang ipinapahayag: Ang mayaman ay siyang pinayaman ng Diyos."

O isang bagay na katulad nito:

Siyang may Tagapagbigay ay nagbibigay

Siya lamang ang tinatawag na mayaman

Sumainyo ang kapayapaan

Magnetiko o intelektuwal na pagkain

Kapag pinag-uusapan ng mga tao ang tungkol sa pagkain o nutrisyon, kadalasan ang tinutukoy nila ay ang pisikal na pagkaing ginagamit upang mapanatili ang katawan. Ngunit may iba pang mga uri ng pagkain na hindi gaanong mahalaga kaysa sa pisikal na pagkain, at kadalasan ay mas mahalaga pa.

Kabilang sa mga pagkaing intelektuwal o espirituwal:

Aktibidad ng pag-iisip o konsentrasyon ng isip, karunungan at espirituwal na pag-unawa

Ang pisikal na pagkain ay nagpapanatili sa mga selula ng katawan, habang ang intelektuwal na pagkain ay nagbibigay ng enerhiya sa isip na may

mga malusog na ideya, habang ang pagkain ng karunungan ay nagpapaginhawa sa kaluluwa at nagpapaunlad ng mga kakayahan nito.

Ang pagpapakain sa intelektwal ay karaniwang binubuo ng mga ideyang iniisip ng isang tao at ng mga natatanggap niya mula sa iba sa pamamagitan ng pakikipag-ugnayan at pakikipag-ugnayan sa kanila.

Ang mga taong may mahinahon at marangal na ugali ay nakakatulong na gawing kaakit-akit at malusog ang ating mga kaisipan. Hindi mahirap matukoy kung ang isang tao ay kumukuha ng kanilang intelektuwal na sustansya mula sa isang mapayapa o nakakagambalang kapaligiran. Ang pagkabalisa, pagkabalisa, at kalituhan ay pawang nagmumula sa pakikisalamuha sa maling uri ng tao, maging sa mga kaibigan o kamag-anak, na humahantong sa mga balisa at magulong kalooban.

Ang katawan ay kumukuha ng enerhiya at aktibidad mula sa mga pisikal na pagkain, habang ang mga magnetikong pagkain ay nagbibigay sa katawan at isipan ng mga karga ng enerhiya na mas madaling tunawin kaysa sa mga solid at likidong pagkain na hindi madaling ma-convert sa buhay na enerhiya.

Kapag nagawa mong gawing karunungan ang kamangmangan

Mula sa kahinaan at kahinaan tungo sa kalusugan at sigla

Lumakad nang may kumpiyansa at matapang - kahit mag-isa - sa mga landas ng buhay

At ang panloob na kagalakan ng pagkakaroon ng isang buhay at mapagbantay na konsensya

At matibay na pananampalataya sa katarungan ng Diyos at sa tagumpay ng katotohanan laban sa kasinungalingan at realidad laban sa ilusyon

At kapag sinusubukan mong ilabas ang iyong mga iniisip araw-araw patungo sa mas mataas at mas pino na mga antas

Siya ay may pusong mapagmahal at nagpapasalamat

At mabuting hangarin sa kapwa

Ang iyong intelektwal na pagpapakain ay magnetiko

At pagkatapos ay aakitin nito sa iyo ang lahat ng maganda at kapaki-pakinabang

Mula sa mga bagay, tao, at mga pangyayari

Kailangang-kailangan niya ang patuloy na paglalakbay patungo sa mga baybayin ng seguridad at kaligtasan

At panghuli ngunit hindi pinakamahalaga

Kapag nagsikap ka para makuha ang kailangan mo at kuntento ka sa mga bagay na pinapadali ng Diyos para sa iyo

Maging mas mayaman sa espiritu at mas kontento kaysa sa mga nahuhumaling sa mga makamundong ari-arian at sakim sa mga panandaliang kasiyahan nito

Sumainyo ang kapayapaan

Hindi pinababayaan ng Diyos ang mga nagmamahal sa Kanya

Mula sa aklat na Yogi's Memoirs: An Autobiography (Pilosophiyang Indian sa Buhay ng isang Yogi)

"Kung inalis sa iyo ng aming ama ang mana, Mukunda ⁽¹⁾, tunay na nararapat sa iyo iyon, dahil sinasayang mo ang iyong buhay nang may kahangalan at katangahan!"

Ganoon naabot sa aking mga tainga ang sermon ng aking kuya. Kararating ko lang kasama si Jitendra mula sa tren, nababalot ng alikabok nang marating namin ang bahay ni Ananta, na sa wakas ay lumipat na sa lumang lungsod ng Agra. Ang aking kuya ay nagtrabaho bilang isang accountant sa departamento ng mga pampublikong gawain ng gobyerno, kaya sinabi ko sa kanya, "Alam mo, kuya Ananta, na hinihingi ko sa Diyos ang aking mana."

Sumagot siya: "Una ang pera, at ang Diyos ang huli! Sino ang nakakaalam? Maaaring mahaba pa ang buhay!"

Sabi ko: "Ang Diyos ang inuuna, at ang pera ay Kanyang lingkod! At sino ang makakahula? Maaaring maikli ang buhay!"

Kusang dumating ang sagot ko, nang hindi ko namalayan na may mangyayari (Ngunit sayang! Nilisan ni Ananta ang mundong ito sa murang edad)

Kumislap sa kasiyahan ang mga mata ng aking kapatid, habang umaasa pa rin siya sa aking pagbabalik sa pugad ng pamilya, at sinabi niya:

"Sa tingin ko ay karunungan iyon mula sa ermitanyo. Ngunit sa palagay ko ay umalis ka na sa Benares!"

Kaya sinabi ko sa kanya, "Hindi naging walang saysay ang aking pananatili sa Benares, sapagkat natagpuan ko roon ang lahat ng hinahangad ng aking puso! At makakasiguro ka na ang natagpuan ko ay hindi ang (iskolar) na nakilala mo sa piling mo, ni ang kanyang anak"

Natawa sa akin si Ananta nang maalala ang nangyari, inamin niya na ang iskolar na mangangaral na pinili niya bilang aking gabay, si Benares, ay talagang kulang sa pananaw at kaalaman. Tinanong niya ako:

"Ano ang plano mo, kapatid kong nawawala at palaboy?"

Sumagot ako, at ipinaliwanag: "Hiniling sa akin ni Jitendra na samahan siya sa Agra upang tamasahin ang mga kamangha-manghang tanawin ng Taj Mahal, at pagkatapos noon ay pupunta tayo sa aking gabay na natagpuan ko kamakailan, na may ermitanyo sa Varanasi."

Maganda ang pakikitungo sa amin ni Ananta, at sa gabi ay paulit-ulit niya akong sinusulyapan nang may masusing mga matang, kaya sinabi ko sa aking sarili:

"Alam ko kung ano ang nasa likod ng tingin na 'yan! May niluluto siya!"

At nga pala, nangyari nga ang hinulaang ko habang nag-aalmusal, mukhang inosente si Ananta habang pinag-iisipan niya ang mga pinag-usapan nila kahapon, at sinasabing, "Ganito pala ang pakiramdam mo na hindi mo kailangan ang pera ng tatay natin!"

Sinabi ko: "Sa halip, ang aking pagtitiwala ay sa Diyos lamang"

Sumagot siya: "Mura lang ang mga salita, Mukanda! Pinrotektahan ka ng tadhana hanggang sa sandaling ito. Ngunit gaano kakahiya ang magiging kalagayan mo kung aasa ka sa di-nakikitang kamay na iyon para magbigay sa iyo ng pagkain at tirahan! Tiyak na mamamalimos ka sa mga lansangan!"

Sabi ko: "Huwag nawang mangyari! Hindi ko ilalagay ang aking tiwala sa mga nagdaraan sa halip na sa Diyos, na nagbubukas ng mga pinto ng kabuhayan para sa mga sumasamba sa Kanya at nagtitiwala sa Kanya, at nagbibigay sa kanila ng hindi mabilang na pinagkukunan ng kabuhayan, maliban sa paghingi at panghihingi!"

Aniya: "Lahat ng ito ay retorikal na pagpapahayag at mapangahas na pananalita! Kung hihilingin ko sa iyo na subukin ang iyong pilosopiya, na iyong ipinagmamalaki at ipinagmamalaki, sa totoong karanasan sa materyal na mundong ito, tatanggapin mo ba?"

Sabi ko: "Oo, tinatanggap ko! Maari bang limitahan ang Diyos sa teoretikal na larangan lamang?"

Aniya, "Makikita natin ngayon na magkakaroon ka ng pagkakataong palawakin ang aking mga pananaw o kilalanin ang kanilang bisa"

Sandaling tumigil nang husto si Ananta, pagkatapos ay nagpatuloy sa pagsasalita nang dahan-dahan at mahinahon, na sinasabing:

"Iminumungkahi kong ipadala mo ako kasama ang iyong kaibigang si Jitendra ngayong umaga sa kalapit na bayan ng Brindbane, sa kondisyon na wala kang dadalhing kahit isang rupiya, huwag kang mamalimos ng pagkain o pera, huwag mong sasabihin kaninuman ang tungkol sa iyong kalagayan, at huwag kang mananatili nang walang pagkain o maiiwan sa Brindbane. Kung babalik ka sa bahay ko rito bago maghatinggabi nang hindi nilalabag ang alinman sa mga kondisyon ng pagsusulit na ito, ako ang magiging pinaka-namangha sa Agra!"

Sabi ko, "At tinatanggap ko ang hamon"

Walang pag-aalinlangan sa aking mga salita o sa aking puso. Kumislap sa aking harapan ang masasayang alaala ng banal na interbensyon: ang aking paggaling mula sa nakamamatay na kolera sa pamamagitan ng pagsusumamo sa Diyos sa harap ng imahen ni Lahiri Mahasya; ang regalo ng dalawang saranggola na lumilipad sa bubong ng bahay sa Lahore; ang anting-anting na dumating sa tamang oras sa gitna ng kawalan ng pag-asa at pagkabigo ni Bareilly; ang mapagpasyang mensahe mula sa hindi kilalang ermitanyo ng Banaras sa labas ng patyo ng Pandit; ang pangitain ng Banal na Ina at ang pakikinig sa kanyang mga dakilang salita ng pagmamahal at ang kanyang agarang tugon sa aking mga kahilingan sa pamamagitan ni Guru Mahasya; ang gabay na

dumating sa huling sandali at tumulong sa akin na makuha ang aking diploma sa hayskul; at pagkatapos ay ang aking guro sa kapitbahayan, ang huling biyaya na dumating sa akin sa gitna ng hamog ng isang buhay na puno ng mga pangarap. Hindi ko kailanman hahayaang ang aking "pilosopiya" ay maging hindi sapat sa pakikibaka sa malupit na mundong ito, isang mundong naniniwala lamang sa nasasalat na ebidensya at patunay.

Sumagot ang kapatid ko, "Isang karangalan para sa iyo ang pagtanggap sa hamon, at sasamahan kita papunta sa tren ngayon din."

Pagkatapos ay humarap si Ananta kay Jitendra, na nakanganga sa pagkamangha, at kinausap ito, na sinasabi: "Kailangan mo siyang samahan bilang saksi, at malamang bilang biktima rin!"

Sa loob ng kalahating oras, hawak na namin ni Jitendra ang mga one-way ticket para sa biglaang biyaheng ito, matapos kaming masusing inspeksyonin ni Ananta sa isang sulok ng istasyon at sinigurado niyang wala kaming dalang pera, at ang mga piraso ng telang ibinalot namin sa aming mga baywang ay hindi nagtatago nang higit sa kinakailangan.

"Ananta, bigyan mo ako ng isa o dalawang rupee bilang reserba para makapagpadala ako sa iyo ng telegrama kung sakaling malas," protesta ng kaibigan ko sa gitna ng tumitinding alitan sa pagitan ng pera at pananampalataya.

Sinigawan ko siya nang may pagsisisi: "Jitendra, hindi ko itutuloy ang pagsusulit na ito kung may dala kang pera bilang pangwakas na garantiya"

Sumagot si Jitendra, "Nakakagaan ng loob ang kalansing ng mga barya." Ngunit wala siyang ibang nagawa kundi ang manahimik nang mahigpit siyang sawayin nito.

Sabi ng kuya ko, "Mukanda, hindi ako walang puso"

Isang himig ng pagpapakumbaba ang umalingawngaw sa boses ni Ananta, marahil ay sinasaktan siya ng kanyang konsensya dahil sa pagpapadala ng dalawang batang lalaking walang pera sa isang kakaibang lungsod, o dahil sa kanyang kawalan ng pananampalataya sa kapangyarihan ng Diyos, pagkatapos ay idinagdag niya:

"Kung, sa anumang pagkakataon o biyaya, ay matagumpay kong malampasan ang pagsubok sa Brandyban, hihilingin ko sa iyo na italaga ako bilang iyong disipulo"

Ang pangakong ito ay hindi pangkaraniwan at hindi naaayon sa mga nakasanayang kaugalian at tradisyon. Sa mga pamilyang Indian, ang panganay na kapatid na lalaki ay bihirang yumuko sa mga nakababata sa kanya; pangalawa lamang siya sa ama sa pagtanggap ng respeto at pagsunod mula sa mga nakababata sa kanya. Gayunpaman, wala nang natitirang oras para magkomento sa kanyang sinabi, dahil nagsimula nang umandar ang tren.

Nanatiling malungkot na tahimik si Jitendra habang bumibilis ang tren, pagkatapos ay lumipat sa kanyang upuan at kinurot ako nang malakas sa isang masakit na bahagi, sabay sabing:

"Wala akong nakikitang indikasyon na ipagkakaloob sa atin ng Diyos ang susunod na pagkain!"

Kaya't sinabi ko, "Maging mahinahon ka, nagdududa, sapagkat ang Diyos ay gumagawa nang lihim"

Sumagot siya: "Maaari mo ba siyang bilisan? Nagugutom na ako sa kakaisip sa kung ano ang naghihintay sa atin. Umalis ako sa Varanasi para masiyahan sa pagtingin sa Taj Mahal, hindi para pumasok sa sarili kong puntod!"

Kaya't sinabi ko, "Lakasan mo ang iyong loob at magsaya, Jitendra! Hindi ba't papunta na tayo upang unang makita ang mga sagradong kababalaghan ng Brindiban?" Napupuno ako ng pananabik sa pag-iisip pa lamang na makakatapak ako sa lupang pinagpala ng mga paa ni Lord Krishna."

Sa sandaling iyon ay bumukas ang pinto ng aming kompartimento at pumasok ang dalawang lalaki. Ang sumunod na hintuan ay ang huli.

Ang estrangherong nakaupo sa tapat ko ay kinausap ako nang may kapansin-pansing interes, at nagtanong: "Mga kaibigan, mayroon ba kayong mga kaibigan sa Brandenburg?"

Malamig ko siyang iniwas sa tingin, "Wala kang pakialam diyan"

Aniya, "Marahil ay tumakas kayo mula sa inyong mga pamilya sa ilalim ng salamangka ng Magnanakaw ng Puso. Ako rin ay isang taong may espirituwal na pananabik, at sisiguraduhin kong makakakuha kayo

ng pagkain at masisilungan mula sa matinding init na ito."

Sumagot ako: "Hindi po, ginoo, iwan niyo na lang kami." Mapagbigay po kayo, pero nagkakamali kayo sa pag-iisip na kami ay mga takas."

Doon natapos ang aming pag-uusap. Pagkahinto ng tren at pagbaba namin ni Jitendra sa plataporma, inakbayan kami ng aming dalawang nagkataong kaibigan at tumawag ng taxi.

Bumaba kami sa harap ng isang kahanga-hangang kapilya sa isang napakagandang lugar sa gitna ng mga punong evergreen. Malinaw na kilalang-kilala ang mga tagapagbigay ng serbisyo roon, nang lumapit sa amin ang isang nakangiting batang lalaki at inakay kami nang walang anumang komento sa isang silid-tanggapan kung saan isang marangal at masiglang matandang babae ang sumalubong sa amin.

Isa sa mga lalaki ang nagsalita sa punong-abala, na nagsasabing, "Inang Gauri, hindi makakadalo ang dalawang prinsiphe. Sa huling sandali, nagbago ang kanilang programa at ipinapaabot nila sa inyo ang kanilang taos-pusong pasasalamat at taos-pusong paghingi ng tawad. Ngunit nagdala kami ng dalawa pang bisita na sa palagay ko, noong nagkita tayo sa tren, ay mga disipulo ni Panginoong Krishna."

Ang dalawang kasama ay nagtungo sa pintuan, na nagsasabing: "Paalam na sa inyo, ang aming dalawang maliliit na kaibigan, magkikita tayong muli, kung loloobin ng Diyos."

Ngumiti si Inang Jouri nang matamis at magiliw para sa kanyang mga hindi inaasahang panauhin habang sinasabing, "Maligayang pagdating! Hindi na kayo maaaring pumunta rito sa mas magandang araw. Inaasahan kong dalawang prinsipeng ang pupunta sa ermitanyong ito. Natutuwa ako na dumating kayo, kung hindi ay matutuyo ako sa kahihyan kung ang pagkaing inihanda ko nang may pag-iingat ay walang nakahanap ng makakatikim at makakatikim nito!"

Ang mga mabubuting salitang ito ay nagkaroon ng nakakagulat na epekto kay Jitendra, na humagulgol ng iyak. Ang kalamidad na kanyang kinatatakutan sa Brindbane ay naging isang piging na angkop para sa mga hari at prinsipeng. Ang biglaang pagbabago ng mga pangyayaring ito ay labis para sa kanya. Tiningnan siya ng may-ari ng bahay nang may pagtataka ngunit walang komento, marahil ay alam ang mga pagsabog ng emosyon ng binatilyo.

Inimbitahan kami sa tanghalian, at dinala kami ni Nanay Jouri sa kainan, na mabango at may mga nakakatakam na aroma, pagkatapos ay naglaho sa katabing kusina.

At matagal ko nang hinihintay ang sandaling ito, kaya pumili ako ng angkop na bahagi sa katawan ni Jitendra at kinurot siya sa katulad na paraan ng pagkurot niya sa akin sa tren, na sinasabing:

"Kumikilos ang Diyos, at mabilis din, kayong mga maliit ang pananampalataya!"

Bumalik ang hostess na may dalang pamaypay, na agad niya kaming pinaypay sa tradisyonal na istilo ng Silangan, habang nakaupo kami sa mga burdadong kumot. Ang mga monghe ay nagdala ng halos

tatlumpung iba't ibang uri ng pagkain. Hindi ito ordinaryong tanghalian, kundi isang masaganang piging! Simula nang dumating kami sa planetang ito, hindi pa kami nakatikim ng ganitong mga masasarap na pagkain.

Kinausap niya ang aming punong-abala, na sinasabing: "Tunay ngang angkop ang mga pagkaing ito para sa mga prinsipe, kagalang-galang na ina! Hindi ko alam kung anong mahalagang bagay ang itinuturing ng iyong mga maharlikang panauhin na mas mahalaga kaysa sa pagdalo sa piging na ito! Binigyan mo kami ng isang alaala na hindi namin malilimutan kailanman!"

Dahil hindi kami makapagbunyag ng higit pa dahil sa kalagayan ni Ananta, hindi namin maipaliwanag sa kagalang-galang na ginang na ang aming pasasalamat ay may dobleng kahulugan, ngunit malinaw ang aming debosyon. Umalis kami dala ang kanyang mga basbas at isang mainit na paanyaya na muling bisitahin ang ermitanyo.

Hindi matiis ang init sa labas, kaya't kami ng aking kaibigan ay humanap ng masisilungan sa lilim ng isang puno ng kadamba sa tabi ng tarangkahan ng monasteryo. Sinundan ito ng mga masasakit na salita, habang si Jitendra, sa pangalawang pagkakataon, ay nagpahayag ng kanyang pangamba at hinala, na nagsasabing:

"Napakahirap ng sitwasyong pinasok mo sa akin! Swerte lang ang pananghalian natin! At ngayon, paano natin masisiyahan sa kagandahan ng lungsod na ito kung wala tayong hawak na kahit isang barya? At saka, maaari mo bang sabihin sa akin kung paano tayo makakabalik sa bahay ni Ananta?"

Kaya sabi ko: "Ngayong busog na ang tiyan mo, ang bilis mo namang makalimutan ang Diyos!"

Ang mga salita ko ay hindi malupit, kundi panunumbat. Kay ikli ng memorya ng tao pagdating sa mga biyaya ng langit! Walang kahit isang tao sa mundong ito ang hindi nakatanggap ng sagot sa kanilang mga pakiusap.

Sumagot si Jitendra, "Hindi ko malilimutan ang kahangalan ko sa pakikipagsapalaran sa isang pabaya na taong tulad mo!"

Sabi ko, "Tama na, Jitendra, dahil ang Diyos na nagpakain sa atin ay siya ring Diyos na nag-aalaga sa atin sa Brindban at magbabalik sa atin sa Agra!"

Hindi pa ako tapos magsalita nang may isang binata, na ang mukha ay nagniningning ng katiyakan at ginhawa, ang mabilis na lumapit sa amin. Nakatayo sa ilalim ng aming puno, yumuko sa harap ko at sinabing:

"Mahal kong kaibigan, kayo ng iyong kasama ay tiyak na mga estranghero lamang dito, kaya hayaan ninyo akong maging inyong punong-abala at gabay."

Bagama't bihirang mamutla ang mukha ng lalaking Indian, agad na nanilaw ang mukha ni Jitendra dahil sa sakit. Magalang kong tinanggihan ang alok. Ngunit ang binata ay labis na nabalisa, sa paraang, sa ibang pagkakataon, ay magiging katawatawa. Sumagot siya:

"Siguradong hindi mo ako matatanggal!"

Sabi ko, "Bakit hindi?"

Tiwala siyang tumingala sa akin at sinabing, "Dahil ikaw ang aking guro Habang ako'y nagmumuni-muni noong tanghali, nakita ko ang pinagpalang Panginoong Krishna sa isang pangitain, at ipinakita niya sa akin ang dalawang pigura sa ilalim ng punong ito. Isa sa kanila ay ang iyong mukha, aking guro, na madalas kong nakikita sa aking mga pagmumuni-muni! Kay saya ko kung tatanggapin mo ang aking mapagpakumbabang mga serbisyo!"

Kaya sinabi ko, "Masaya rin ako na natagpuan mo ako. Hindi tayo pinabayaan ng Diyos ni ng tao!"

Bagama't nakatayo akong hindi gumagalaw, nakangiti sa sabik na mukha sa harap ko, isang pakiramdam ng paggalang ang nagpayukod sa akin nang may diwa sa banal na paanan

Sabi ng bata, "Mga kaibigan, inaasam-asam ko na parangalan ninyo ang aking tahanan sa pamamagitan ng pagbisita!"

Sabi ko, "Mapagbigay ka na binata, pero hindi natin magagawa 'yan dahil panauhin tayo ng kapatid ko sa Agra."

Aniya, "Kung gayon, hayaan ninyo akong samahan kayong dalawa sa Brindiban bilang alaala ng pagkikitang ito."

Malugod kong tinanggap ang imbitasyon. Ang binata—na nagngangalang Pratap Chatterjee—ay humiling ng karwahe na hila ng kabayo, at tumungo kami patungo sa templo ng Madhana Mohana at iba pang mga templo ni Krishna. Dumating ang kadiliman habang kami ay nananalangin pa rin sa templo. Pagkatapos, sinabi ni Pratap:

"Maaari ba akong humingi ng pahintulot sa iyo na kumain ng matatamis?"

Pumasok siya sa isang tindahan malapit sa istasyon ng tren, habang naglalakad kami sa malawak na kalye, na ngayon ay mapuno na ng mga tao at medyo naging kalmado na. Nawala sandali ang aming kaibigan at bumalik na may dalang maraming kendi. Ngumiti siya nang nagmamakaawa habang hawak ang isang tumpok ng mga perang papel kasama ang dalawang tiket na binili niya para sa aming paglalakbay patungong Agra, na nagsasabing, "Nakikiusap ako sa inyo na ipagkaloob ninyo sa akin ang espirituwal na karangalang ito."

Ang pagtanggap ko ay walang iba kundi paggalang sa di-nakikitang kamay na iyon. Hindi ba't ang pagkabukas-palad nito—na kinutya ni Ananta—ay higit pa sa kinakailangan?

Naghanap kami ng liblib na kanto malapit sa istasyon at sinabi ko:

"Pratap, ituturo ko sa iyo ang Kriya: ang pamamaraan ni Lahiri Mahasya, ang pinakadakilang yogi ng modernong panahon. At ang pamamaraang ito niya ang magiging gabay mo sa espirituwal."

Ang inisyatiba ay naganap sa loob ng kalahating oras, at kinausap ko ang bagong disipulo, na sinasabing: "Ang Kriya ang magiging mahalagang hiyas na tutugon sa iyong mga hangarin. Ang sining na ito, na nakikita mong simple, ay naglalaman ng paraan ng mabilis na espirituwal na pag-unlad. Sinasabi ng mga sagradong banal na kasulatan ng India na ang nagkatawang-taong sarili ay nangangailangan ng isang milyong taon upang

mapalaya mula sa panlilinlang sa kosmiko, ngunit ang mahabang natural na panahong ito ay maaaring paikliin nang malaki sa pamamagitan ng Kriya Yoga. Tulad ng pinatunayan ni Jagades Chandra Bose na ang paglaki ng isang halaman ay maaaring mapabilis nang higit pa kaysa karaniwan, gayundin ang espirituwal na paglaki ng isang tao ay maaaring mapabilis ng esoteric na kaalaman. Maging tapat sa iyong pagsasanay, at ikaw ay mapapalapit sa Diyos, ang Guro ng mga Guro at ang Gabay ng mga Gabay."

Maalalahaning sinabi ni Pratap, "Nakakaramdam ako ng labis na kagalakan na natagpuan ko ang pinagpalang susi ng yoga na matagal ko nang hinahanap. Ang espirituwal na impluwensya nito ay magpapalaya sa akin mula sa mga limitasyon ng aking mga pandama at magtutulak sa akin patungo sa mas matataas na kaharian. Ang makita si Lord Krishna ngayon ay isang malaking biyaya sa aking buhay."

Naupo kami sandali nang tahimik at nagkakaintindihan, pagkatapos ay dahan-dahang naglakad patungo sa istasyon. Napuno ako ng tuwa habang sumasakay ako sa tren, habang umiiyak si Jitendra. Ang pamamaalam ko kay Pratap ay nakaaantig, na may bahid ng mga buntong-hininga at hikbi mula sa dalawa kong kaibigan. Muli, si Jitendra ay napuno ng kalungkutan, hindi para sa kanyang sarili sa pagkakataong ito, kundi laban sa kanyang sarili, at sinimulan niyang sabihin:

"Naku, kay hina ng aking pananampalataya sa Diyos! Matigas ang aking puso, ngunit ngayon ay hindi ko na kailanman pagdududahan ang pangangalagang Diyos"

Pagsapit ng hatinggabi, ang dalawang manlalakbay na ipinadala nang walang kahit isang sentimo ay pumasok sa bahay ni Ananta. Ang kanyang mukha ay tunay ngang gaya ng ipinangako, puno ng pagkamangha. Tahimik, umulan ng mga rupiya sa mesa. Pabiro niyang sinabi, "Magsabi ka ng totoo, Jitendra! Hindi ba't ang binata na ito ay nagnanakaw sa haywey?"

Pero nang marinig niya ang mga detalye ng kuwento, naging seryoso ang kapatid ko at pagkatapos ay nanlumo, at nagsalita siya nang may espirituwal na alab na hindi ko pa nakita noon:

"Ang batas ng suplay at demand ay umaabot na sa mas malinaw na abot-tanaw kaysa sa inaakala ko. At sa unang pagkakataon ay naiintindihan ko kung bakit wala kang pakialam sa pera at sa mahalay nitong pag-iimbak dito sa mundo."

Kahit na huli na, iginiit ng aking kapatid na ialay ito sa Kriya Yoga. Kaya, kinailangang pasanin ni Master Mukanda ang responsibilidad para sa dalawang "estudyante" na hindi niya hiniling sa isang araw.

Kinabukasan, nag-almusal kami sa isang kapaligirang may katahimikan at pagkakasundo na wala noong nakaraang araw. Ngumiti ako kay Jitendra at sinabing:

"Hindi ka mawawalan ng pagkakataong makita ang Taj Mahal. Tingnan natin ito bago tayo maglakbay papuntang Serampur."

Nagpaalam na tayo kay Ananta at itinuon ang ating paningin sa kahanga-hanga at

pinakamapagmalaking monumento ng Agra: ang Taj Mahal, ang puting marmol nito ay kumikinang sa sikat ng araw na parang isang panaginip na may perpektong pagkakaisa. Napapaligiran ng maitim na puno ng cypress, luntiang parang, at isang tahimik na lawa, ang loob nito ay pinalamutian ng masalimuot na mga ukit na may mga semi-precious na bato. Ang mga eleganteng garland at motif ay magkakaugnay at nagkukrus sa kayumanggi at lilang marmol, habang ang liwanag na nagmumula sa simboryo ay bumabalot sa mga libingan nina Emperador Shah Jahan at Mumtazi Mahal, ang reyna ng kanyang kaharian at ang kanyang minamahal.

Pakiramdam ko ay sapat na ang nakita ko at sabik na akong makita ang aking guro, agad akong sumama kay Jitendra patimog patungong Bengal. Sabi ng aking kasama, "Mukanda, ilang buwan ko nang hindi nakikita ang aking pamilya. Binago ko na ang aking mga plano at maaaring bisitahin ko ang iyong guro sa Serampur mamaya."

Ang aking kasama - na maituturing na mabait na sumpungin - ay iniwan ako sa Calcutta, at dumating ako sakay ng lokal na tren sa Cebrampur, labindalawang milya sa hilaga.

Nakaramdam ako ng matinding pagkagulat nang mapagtanto kong dalawampu't walong araw na ang lumipas mula nang makilala ko ang aking guro sa Varanasi at sinabi niya sa akin: "Babalik ka sa loob ng apat na linggo!" At narito ako nakatayo nang may tumitibok na puso sa looban ng kanyang ermitanyo sa tahimik na Rai Ghat, papasok sa unang pagkakataon sa ermitanyo kung saan ako nakatak dang gumugol ng halos buong susunod na sampung taon kasama ang

dakilang pantas ng India, ang aking guro na si Swami Sri Yukteswar!

Guro na sina Paramhansa at Tagore

Mula sa aklat na (Ang Pilosopiya ng India sa Buhay ng isang Yogi)

Para sa pantas na Paramhansa Yogananda

"Tinuruan tayo ni Rabindranath Tagore na umawit nang natural at kusang-loob bilang paraan ng pagpapahayag ng sarili, tulad ng mga ibong umaawit"

Ang paliwanag na ito ay dumating sa akin mula kay Bhola Nat, isang matalinong 14-taong-gulang na batang lalaki sa Ranchi School, matapos kong purihin ang kanyang malambing na pag-awit isang umaga. May okasyon man o wala, ang batang lalaki ay aagos ng mga himig na parang isang maayos na batis. Dati siyang nag-aral sa kilalang Santinakitan ng Tagore, na nangangahulugang "daungan ng kapayapaan," sa Bulpur.

Sinabi ko sa aking kasama, "Ang mga himno ni Rabindranath ay nasa aking mga labi simula pa noong aking kabataan. Lahat ng mga Bengali, maging ang mga hindi marunong bumasa at sumulat na taga-nayon, ay lubos na nasisiyahan sa kanyang kahanga-hangang tula."

At binigkas niya kasama si Bhola ang ilang mga taludtod ni Tagore, na nagtakda ng libu-libong tulang Indian sa musika, ang ilan ay sarili niyang mga komposisyon at ang ilan ay sinauna.

Pagkatapos naming kumanta, natatawang sabi ko, "Nakilala ko si Rabindranath pagkatapos niyang matanggap ang Nobel Prize for Literature. Nakaramdam ako ng matinding pagnanais na bisitahin siya dahil hinangaan ko ang kanyang

walang-diplomayang katapangan sa pakikitungo sa kanyang mga kritiko."

Sabik na nagtanong si Bhola tungkol sa kuwento, kaya sinabi ko: "Isinailalim ng mga lingguwista si Tagore sa mapait na kritisismo dahil nagpakilala siya ng isang bagong istilo sa tulang Bengali sa pamamagitan ng paghahalo ng mga kolokyal at klasikal na ekspresyon nang hindi isinasaalang-alang ang mga hangganang lingguwistiko na pinahahalagahan ng mga lingguwista. Ang kanyang mga tula ay naglalaman ng malalalim na pilosopikal na katotohanan sa kaakit-akit at emosyonal na mga ekspresyon, nang hindi sumusunod sa mga itinatag na anyong pampanitikan."

"Minsan ay inilarawan ng isang maimpluwensyang kritiko si Rabindranath—nang may paghamak at pag-alipusta—bilang 'ang makata ng kalapati na nagbenta ng kanyang huni sa mga manlilimbag sa isang maliit na halaga' Ngunit ang paghihiganti ni Tagore ay nalalapit na! Ang buong Kanluraning mundo ng panitikan ay nagbigay-pugay sa kanya sa pagsasalin ng kanyang aklat (Gitanjali: The Song Offerings) sa Ingles. Isang malaking grupo ng mga iskolar, kabilang ang kanyang mga dating kritiko, ang naglakbay sakay ng tren patungong Santiniketian upang mag-alay ng kanilang pagbati."

Tinanggap ni Rabindranath ang kanyang mga bisita pagkatapos ng sadyang mahabang pagkaantala, pagkatapos ay nakinig sa kanilang mapang-akit na papuri nang tahimik at kawalang-bahala. Sa wakas, itinutok niya sa kanila ang mga sandata ng kanilang pagpuna, na sinasabi:

"Mga ginoo, ang mababangong rosas ng paggalang at karangalan na iniaalok ninyo sa akin dito ay nahaluan ng mabahong amoy ng inyong

dating paghamak. Mayroon bang kaugnayan ang pagtanggap ko ng Nobel Prize at ang biglaang pagpapahalaga ninyo? Ako pa rin ang makata na nakasakit sa inyo nang ialay ko ang aking abang mga bulaklak sa dambana ng Bengal."

"Inilathala ng mga pahayagan ang buod ng matapang na pagsaway ni Tagore, at hinangaan ko ang prangka ng isang lalaking hindi nalinlang ng pambobola at pagkukunwari."

"Ipinakilala ako kay Rabindranath sa Calcutta ng kanyang sekretarya, si G. CF Andrus ⁽¹⁾, na simpleng nakadamit ng Bengali, at buong pagmamahal na tinawag si Tagore bilang kanyang mala-anghel na panginoon (Gurudeva)"

"Mainit akong tinanggap ni Rabindranath, napapaligiran ng aura ng karisma, mayamang kultura, at tunay na kagandahang-asal. Sinagot ni Tagore ang aking tanong tungkol sa mga pinagmulan ng kanyang panitikan sa pamamagitan ng pagsasabi na ang kanyang mga pangunahing inspirasyon ay nagmula sa ating mga epikong pangrelihiyon at mula sa mga gawa ng makata na si Vidyapati, na nabuhay noong ika-labing-apat na siglo."

Dahil sa mga alaalang ito, sinimulan kong kantahin ang isang lumang kantang Bengali na inangkop ni Tagore sa isang bagong anyo, simula sa "Liwanag, Liwanagin ang lampara ng iyong pag-ibig." Sumama sa akin si Bhola sa masayang pag-awit habang naglalakad kami sa paligid ng bakuran ng paaralan.

Mga dalawang taon matapos maitatag ang Ranchi School, nakatanggap ako ng imbitasyon mula kay Rabindranath na bisitahin siya sa Santiniketan upang talakayin ang aming mga mithiin sa edukasyon. Malugod ko siyang tinanggap at pinuntahan upang

salubungin siya. Pagdating ko, nakaupo na siya sa kanyang mesa, at para sa akin ay siya ang huwaran ng tunay na pagkalalaki, gaya ng maiisip ng sinumang artista. Ang kanyang guwapo at pinong hugis na mukha ay nagniningning ng kadakilaan at dignidad, na nababalutan ng mahabang buhok, malapad na balbas, at malalaki at mabait na mga mata, na pawang pinalamutian ng mala-anghel na ngiti. Ang kanyang malambing na boses, tulad ng himig ng isang plawta, ay bumihag sa puso. Siya ay matangkad, malakas, at mapayapa, na sumasalamin sa lambing ng isang babae at sa kawalang-muwang ng isang masayang bata. Nagdududa ako na may iba pang mithiin ng isang inspiradong makata na makakahanap ng mas tunay na pagpapahayag kaysa sa magiliw at madamdaming mambabasang ito.

Agad akong sumama kay Tagore sa isang paghahambing at malalimang pag-aaral ng aming dalawang institusyong pang-edukasyon, na parehong nakabatay sa mga hindi pangkaraniwang prinsipyo. Marami kaming nakitang pagkakatulad sa pagitan nila, tulad ng open-air learning, pagiging simple, at ang paghihikayat sa pagkamalikhain sa mga bata. Gayunpaman, binigyan ni Rabindranath ng malaking kahalagahan ang pag-aaral ng panitikan at tula, at ang pagpapahayag ng sarili sa pamamagitan ng musika at kanta, isang bagay na naobserbahan ko na sa Bhola. Ang mga batang Santiniketan ay nagsasagawa ng mga panahon ng katahimikan, ngunit hindi sila nakatanggap ng espesyal na pagsasanay sa yoga.

Nakinig nang may malalim na atensyon ang makata sa paliwanag ng mga ehersisyo ng Yogoda na nagpapagana sa mga selula ng katawan ng aktibidad

at sigla, at sa pamamaraan ng konsentrasyon ng yogic na itinuturo sa lahat ng mga disipulo ng Ranchi.

Ikinuwento sa akin ni Tagore ang tungkol sa kanyang mga unang paghihirap sa edukasyon, at natatawang sinabi sa akin, "Tumakas ako sa paaralan pagkatapos ng edad na lima." Agad kong nakita kung paano sumalungat ang kanyang maselang mala-tulang sensibilidad sa kakila-kilabot na kapaligirang disiplinaryo ng paaralan.

Mahusay na iminuwestra ng makata ang isang grupo ng mga estudyanteng nag-aaral sa luntiang hardin, na sinasabi:

"Dahil dito, itinatag ko ang Santinikitian Institute sa ilalim ng lilim ng mga puno at ng kariktan ng kalangitan. Nararamdaman ng bata na siya ay nasa kanyang likas na kapaligiran kasama ng mga bulaklak at mga ibong umaawit upang maipahayag niya ang panloob na kayamanan ng kanyang sariling mga talento. Ang tunay na kaalaman ay hindi maaaring ibuhos o punuin mula sa mga panlabas na mapagkukunan, ngunit ang kaalaman ay dapat maging isang tulong sa pagbubunyag ng mga kayamanan ng walang hanggang karunungan na nakatago sa kaibuturan ng kaluluwa ng tao" ⁽²⁾

Sumang-ayon ako sa kanya at idinagdag: "Ang mga idealistikong tendensiya ng mga bata at ang kanilang pagmamahal sa mga bayani at kabayanihan ay namamatay sa gutom sa mga ordinaryong paaralan dahil limitado ang mga ito sa pagkaing binubuo ng mga estadistika, pangyayari, at mga makasaysayang panahon"

Masayang binanggit ng makata ang tungkol sa kanyang amang si Devendranath, na nagbigay inspirasyon sa kanya na simulan ang Santiniketan. Aniya: "Ibinigay sa akin ng aking ama ang matabang

lote na ito kung saan siya nagtayo ng templo at isang bahay-panuluyan. Nagsimula ang aking karanasan sa edukasyon dito noong 1901 kasama lamang ang sampung anak. Ang walong libong libra na natanggap ko kasama ng Nobel Prize ay ginastos ko sa pagpapanatili ng paaralan."

Ang nakatatandang Tagore (Devendranath), na kilala bilang Maharishi (ang Dakilang Sage), ay isang tunay na kahanga-hangang tao, gaya ng ipinahihiwatig ng kanyang kwento sa buhay. Ginugol niya ang dalawang taon ng kanyang kabataan sa pagmumuni-muni sa mga monasteryo ng Himalayan. Gayundin, ang kanyang ama, si Dwarkanath, ay kilala sa buong Bengal dahil sa kanyang mapagbigay na pampublikong pagkakawanggawa. Mula sa matabang lupang ito ay umusbong ang isang pamilya ng mga kilalang tao. Hindi nag-iisa si Rabindranath sa kanyang malikhaing pagpapahayag; ibinahagi ng kanyang mga kamag-anak ang kanyang talento. Ang kanyang mga pinsan, sina Gogonendra at Upanendra, ay itinuturing na kabilang sa mga pinakatanyag na artista sa India ⁽³⁾ Ang kapatid ni Rabindranath na si Dwijendra, ay isa ring malalim na pilosopo na minamahal kahit ng mga ibon at hayop sa kagubatan.

Inimbitahan ako ni Rabindranath na magpalipas ng gabi sa kanyang bahay-panuluyan. Kay gandang tanawin nang gabing iyon nang umupo ang makata kasama ang isang grupo ng mga estudyante sa looban! Tila tumigil ang oras, at ang tanawin ay tila isang sinaunang ermitanyo para sa akin, kasama ang makata na si Tagore na napapalibutan ng kanyang mga disipulo, nababalot ng isang kapaligiran ng kagalakan at sagradong pag-ibig. Hinabi at pinagbubuti ni Tagore ang bawat bigkis ng pagmamahal gamit ang mga hibla ng pagkakaisa at

pagkakasundo. Kay pambihirang bulaklak ng tunay na espirituwal na tula ang namumulaklak sa hardin ng Diyos, na umaakit sa iba dito gamit ang natural nitong kagandahan at bango!

Sa kaniyang malamyos na tinig, binasa sa amin ni Rabindranath ang ilan sa kaniyang mga bagong likha at matatamis na tula. Karamihan sa kaniyang mga himno at salaysay, na nilikha upang magdulot ng kagalakan at tuwa sa kaniyang mga disipulo, ay matatagpuan sa Santiniketan. Ang kagandahan ng kaniyang tula, para sa akin, ay nakasalalay sa pagtukoy sa Diyos sa halos bawat taludtod, kahit na ang banal na pangalan ay hindi tahasang nabanggit. Halimbawa, sinabi niya:

"Kapag ako'y nalalasing sa pag-awit, nalilimutan ko ang aking sarili at tinatawag kitang kaibigan, O ikaw na aking panginoon!"

Pagkatapos ng tanghalian kinabukasan, nag-aatubili akong magpaalam sa makata. Natutuwa ako na ang kanyang maliit na paaralan ay lumago at umunlad at naging Vizva Bharati International University ⁽⁴⁾ na ngayon , kung saan ang mga estudyante mula sa lahat ng bansa ay nakakatagpo ng isang mainam na kapaligiran.

Kung saan ang isip ay malaya mula sa mga takot at ang ulo ay nakataas

Kung saan ang kaalaman ay malaya at walang limitasyon,

Ang mundo ay hindi naging pira-piraso dahil sa makikipot na lokal na pader

At kung saan ang mga salita ay nagmumula sa kaibuturan ng katotohanan,

At ang masisipag na pagsisikap ay umaabot sa kanilang pag-abot tungo sa pagiging perpekto

**Kung saan ang dalisay na bukal ng
katwiran ay hindi naligaw ng landas sa mga
tiwangwang na disyerto ng mga patay na
kaugalian,**

**At habang sumusulong ito sa patuloy na
lumalawak na pag-iisip at pagkilos,**

**Upang ang aking bansa ay magising sa
kalangitan ng kalayaang iyon, O aking ama ⁽⁵⁾**

Ang susi sa mga sikreto ng tagumpay

**Ang tagumpay ay nangangahulugang kasiyahan
at kasiyahan ng isang tao sa loob ng kanilang
kapaligiran. Ang tunay na tagumpay ay bunga ng mga
kilos na nakabatay sa mga prinsipyo ng katuwiran, at
saklaw nito ang kaligayahan at kagalingan ng iba
bilang mahalagang bahagi ng sariling kaligayahan.
Kung ilalapat natin ang prinsipyong ito sa ating
materyal, intelektwal, moral, at espirituwal na buhay,
magkakaroon tayo ng kumpleto at komprehensibong
kahulugan ng tagumpay.**

**Iba-iba ang pananaw at teorya ng mga tao
tungkol sa tagumpay, depende sa kanilang mga
ambisyon sa buhay. Hindi bihira na marinig ang ilang
tao na inihahalintulad ang tagumpay sa pagnanakaw,
na sinasabi ang mga bagay tulad ng, "Isa siyang
matagumpay na magnanakaw!" Binibigyang-diin nito
na ang tagumpay sa lahat ng anyo at uri nito ay
kanais-nais at hinahangad. Gayunpaman, ang ating
tagumpay ay hindi dapat makapinsala sa iba.**

**Mayroon ding isa pang pamantayan para sa
tagumpay: kapag nakakamit natin ang maayos at
kapaki-pakinabang na mga resulta para sa ating
sarili, dapat din nating isama ang iba sa ating
tagumpay at ibahagi ang mga bunga nito sa kanila.**

Maaaring piliin ng isang tao na manahimik nang matagal na panahon, at tumangging makipag-usap sa mga miyembro ng kanilang pamilya sa panahong iyon. Bagama't maaaring makamit ng taong ito ang ilang panloob na kapayapaan bilang resulta, ang kanilang pag-uugali ay makasarili at nakakapinsala sa kaligayahan ng kanilang pamilya. Hindi sila maituturing na tunay na matagumpay maliban kung ang kanilang mga mahal sa buhay ay makikinabang din sa kanilang tagumpay.

Gayundin, ang pagkamit ng materyal na tagumpay ay hindi lamang ating karapatan na magtamasa ng kagalingan nang mag-isa, kundi pati na rin ang ating moral na responsibilidad sa iba sa mga tuntunin ng pagtulong sa kanila na mapabuti ang kanilang materyal na kalagayan at kalagayan sa pamumuhay.

Kahit sinong may katalinuhan ay maaaring kumita ng pera. Ngunit kung mayroon silang pagmamahal sa kanilang puso, hindi nila kailanman gagamitin ang perang iyon para sa makasariling layunin; sa halip, ibabahagi nila ito sa iba. Ang pera ay isang sumpa at isang kasawian sa kamay ng mga makasarili at kuripot, at isang biyaya at isang regalo sa kamay ng mga may mabubuting puso at mapagbigay na kaluluwa.

Halimbawa, si Henry Ford ay kumita ng malaki, ngunit hindi siya naniniwala sa kawanggawa, na itinuring niyang naghihikayat ng katamaran at katamaran. Sa halip, nagbigay siya ng trabaho at kabuhayan para sa marami. Kung si Henry Ford ay kumita ng pera habang nagbibigay din ng kasaganaan

para sa iba, kung gayon ay matagumpay siya sa tamang paraan.

Kahit ang pinakadakilang mga banal ay hindi makakamit ang ganap na kaligtasan maliban kung ibabahagi nila ang kanilang tagumpay—ang kanilang mga espirituwal na karanasan at mas mataas na kaalaman—sa iba sa pamamagitan ng pagtulong sa kanila na maabot ang sagradong pag-unawa. Dahil dito, ang mga nakarating na sa ganitong mga yugto at nakamit ang ganitong mga kalagayan ay sabik na magbigay ng pag-unawa sa mga nangangailangan nito.

Kung nais mong makamit ang tunay na tagumpay, hindi lamang ang iyong sariling kaligayahan ang magagarantiya mo, kundi pati na rin ang kaligayahan ng iba.

Mga pagkakaiba sa mga pamantayan ng tagumpay sa pagitan ng Silangan at Kanluran

May iba't ibang pamantayan ng tagumpay sa Silangan at Kanluran. Sa kasamaang palad, ang Silangan ay lalong ginagaya ang pinakamasamang aspeto ng nakikita nito sa mga pelikulang Kanluranin. Bagama't ang ilang pelikula ay nag-aalok ng kapanatagan, ipinapakita ng totoong buhay na ang tagumpay ay malayo sa madali. Ang buhay ay kadalasang malupit at walang patawad, at kailangan nating magsumikap upang kumita ng ikabubuhay. Isaalang-alang ang pagsisikap na kinakailangan upang mapanatili ang iyong katawan at mapanatili itong malusog at malaya sa sakit! Kahit na magtagumpay ka, ang tagumpay na iyon ay panandalian lamang. Ang katawan ay kalaunan ay ililibing. Kinakailangang makipaglaban sa maraming

puwersa, kapwa panloob at panlabas, upang makamit ang ninanais na tagumpay. Ang mga puwersang ito ay walang pagod na nagtatrabaho upang agawin sa iyo ang anumang makabuluhang mga nagawa.

Ang Kanluran ay nakatuon sa bahagyang o pansamantalang tagumpay na may kaugnayan sa kasalukuyang buhay. Ang Silangan, sa kabilang banda, ay nakatuon sa ganap, pangmatagalan, at walang hanggang tagumpay.

Yaong mga nakarating na sa tugatog ng walang hanggang tagumpay ay tinatawag natin (ang mga nagwagi sa magkabilang mundo ay ang mga matagumpay sa paningin ng Hukom)

Ang mga taong ito ay masaya sa katawan, isip, at espiritu. Maaaring mayroon silang ilang mga bagay, ngunit nagtataglay sila ng malaking kayamanan: ang kayamanan ng panloob na kapayapaan at espirituwal na pag-unawa sa ugnayan sa pagitan ng kaluluwa at ng banal na espiritu, at ang ugnayan sa pagitan ng katawan at ng kosmikong buhay.

Sa Silangan, ang ideya ng ganitong uri ng tagumpay ay itinanim sa isipan ng bata. Sa Kanluran, ang bata ay binibigyan ng alkansya at tinuturuan na maghangad ng pera upang matupad ang mga pagnanasa.

Ayos lang na magtrabaho nang husto para makamit ang sapat na materyal na tagumpay, ngunit dapat ding turuan ang mga bata ng kahalagahan ng pangmatagalang tagumpay. Ang kayamanan ng kaluluwa ay nananatili magpakailanman sa bangko ng kawalang-hanggan, at maaari mong kunin ang kaligayahan mula sa bangkong iyon anumang oras.

Ngunit kahit ang espirituwal na tagumpay ay maaaring maging isang panig lamang at hindi balanse kung mayroon kang mga materyal na responsibilidad na hindi mo kayang gampanan.

Tanging ang mga pinakadakilang yogi na nakalaya na mula sa mga batas ng kalikasan ang maaaring ganap na magwalang-bahala sa mga materyal na bagay.

Sa Silangan, ang pangunahing pokus ay ang paglinang ng espirituwal na kaligayahan, habang ang mga materyal na aspeto ng buhay ay madalas na napapabayaan. Sa Kanluran, may ilang materyal na kaginhawahan ngunit napakakaunti ng sikolohikal na kaligayahan. Ang kailangan ay isang balanse sa pagitan ng dalawa, dahil ang pagtuon sa isang aspeto lamang ng buhay ay humahantong sa kawalan ng balanse at kawalan ng kakayahang harapin ang mga pangangailangan ng buhay nang makatwiran.

Halimbawa, kung ang isang artista ay nakatuon lamang sa sining at napapabayaan ang lahat ng iba pa, hahantong ito sa isang kawalan ng balanse na nagpapakita ng pagkabalisa at kalungkutan. Gayunpaman, ang pagtutuon sa sining kasama ng ispiritwalidad, trabaho, agham, at paglilingkod ay magreresulta sa isang kahanga-hangang balanse, ganap na tagumpay, at tunay na kaligayahan.

Kung ang kayamanan ay kaakibat ng sakit at mga problema, ang mga kahihinatnan ay magiging marami. Ang kalinisan at pangangalagang pangkalusugan ay kabilang sa mga kalakasan ng Kanluran. Ang mga mapaminsalang insekto at nakamamatay na mikrobyo ay epektibong kinokontrol sa mga mauunlad na bansa, habang sagana ang mga

ito sa iba. Ngunit ang pagpuksa sa mga pesteng ito ay hindi ang tugatog ng tagumpay, dahil may iba pang mga uri ng paghihirap na umiiral sa mga mauunlad na bansa, tulad ng mga mahirap bayarang bayarin at nakakasakal na krisis sa pananalapi dahil sa mga sistema ng pagbili ng hulugan—mga paghihirap na nakakagambala sa pagtulog at sumisira sa kapayapaan ng isip.

Ang buhay ay higit pa sa kaligtasan lamang

Hindi nilikha ng Diyos ang mundong ito para lamang sa atin upang kumain, matulog, at mamatay, kundi upang malaman natin ang Kanyang kalooban at maunawaan ang layunin ng ating pag-iral. Ilang matatalinong tao ang nakaunawa sa kahulugan ng plano ng kosmikong mundo, ngunit karamihan sa mga tao ay bulag at walang kamalayan sa layuning iyon. Ang mundo ay nagiging isang silid ng pagpapahirap para sa mga nabubuhay nang walang kaalaman sa banal na plano. Ngunit kapag tiningnan mo ang mga karanasan sa buhay bilang iyong mga guro at natutuhan mula sa mga ito ang tunay na katangian ng mundong ito at ang iyong itinalagang papel sa drama ng kosmikong mundo, ang mga karanasang iyon ay nagiging mahahalagang liwanag sa landas tungo sa pangmatagalang kasiyahan at kaligayahan.

Ginawa ng Diyos ang kosmikong ilusyon na lubhang makapangyarihan

Nabubuhay tayo sa isang magulong at magulong mundo. Maaaring iniisip mo na ang pera ay nangangahulugang kaligayahan, ngunit kapag nakuha mo na ito, matutuklasan mong hindi ka pa rin masaya. Maaari kang magkaroon ng kayamanan at—huwag nawang ipahintulot ng Diyos—mawalan ng

iyong kalusugan. O maaaring mayroon kang mabuting kalusugan at mawala ang iyong pera. O maaaring mayroon kang parehong kayamanan at kalusugan ngunit dumaranas ng maraming problema sa iba, na nag-aalok lamang ng kabaitan na sinasalubong lamang ng poot at sama ng loob. Kung wala ang Diyos, walang anuman sa buhay na ito ang tunay na makapagbibigay-kasiyahan sa iyo.

Kung nais ng Diyos na mamuhay lamang tayo sa materyal na kamalayan, lubos tayong masisiyahan sa mga materyal na bagay at masisiyahan sa mga makamundong gawain.

Nakakita ka na ba ng kawan ng mga tupa? Kapag ang isa sa kanila ay tumalon, gagayahin ito ng iba nang walang pag-aalinlangan. Karamihan sa mga tao ay ganoon. Maaaring may makaisip ng ideya o magpasimula ng bagong uso, at ang iba ay agad na sasali at gagayahin ito. Ang ganitong pamamaraan ay nagpatuloy sa loob ng maraming henerasyon. Bawat bansa ay may mga kaugalian at tradisyon, at hindi natin masasabing lahat ng mga ito ay tama o maayos. Ngunit sino ang nakakaalam? Ang ilan sa mga kaugalian at tradisyong iyon ay maaaring walang katotohanan, walang kahulugan, at walang saysay.

May paraan upang suriin at husgahan ang mga kaugalian at tradisyong iyon

Sa simula, bawat tradisyon ay may katwiran. Kung matutuklasan natin na ang katwiran ay totoo pa rin, kung gayon ang tradisyon ay may kahulugan at pakinabang. Gayunpaman, hindi matalino na sundin ang mga tradisyon nang walang taros. Dapat nating malaman ang katotohanan at sundin ito, alamin kung

ano ang maaaring magdulot sa atin ng kaligayahan at pagkatapos ay ilapat ito.

Dapat gawing simple ang buhay. Kung obhetibo mong susuriin ang mga indibidwal na katangian ng pag-uugali ng tao, matutuklasan mong katawa-tawa ang ilan sa ating mga kaugalian at tradisyon.

Sa Kanluran, maraming tuntunin ang sinusunod ng mga tao. May mga partikular na damit para sa mga gabing labas, mga salu-salo, mga pagbisita, at mga pamamasyal. Nakakita pa nga ako minsan ng patalastas para sa mga espesyal na dyaket para sa mga naninigarilyo!

Mahusay ang organisasyon, ngunit ang labis na pagsunod sa organisasyon at metodolohiya ay kadalasang humahantong sa paghihirap

Sa Silangan, simple lang ang mga bahay at damit. Sa Kanluran, napakasalimuot ng buhay kaya't naiiwasan nating maging masaya dahil sa labis na pagtuon sa paggawa ng mga bagay-bagay sa isang partikular na paraan.

Bakit pa papahirapan ang buhay sa pamamagitan ng pagbibigay-diin kung paano ayusin ang bahay at ang mesa sa isang tiyak na paraan?

Sa Silangan, kapag inaanyayahan natin ang mga tao na bumisita, lahat ay nakakaramdam ng kagalakan at sabik na inaabangan ang mga pagbisitang iyon.

Sa Kanluran, iniimbitahan ang mga bisita, na susundan ng maraming oras ng mabilis na paghahanda upang matiyak na perpekto ang lahat.

Pagdating ng mga bisita, sabik na hinihintay ng punong-abala ang kanilang pag-alis!

Dapat gawing simple ang pamumuhay, pananamit, at pagkain. Ang pagkain sa mga restawran ay maaaring hindi praktikal sa ekonomiya, ngunit ayos lang na gawin ito paminsan-minsan. Hindi tama na gumugol ng mahabang oras sa kusina, na walang oras para sa iba pang mas mahahalagang bagay.

Sa aking mga paglalakbay at lektura, pinasimple ko ang aking diyeta. Nagtabi lang ako ng kaunting gatas, letsugas, at keso sa aking silid, at naging komportable ako roon.

Ang paraiso ay nasa loob natin, hindi sa mga bagay

Sa aming asetiko na pagsasanay sa India, natutunan naming kontrolin ang aming mga pagnanasa at malampasan ang aming mga gusto, ayaw, at gusto. Nagpasalamat kami sa lahat ng aming natanggap. Sa Kanluran, gayunpaman, karamihan sa mga tao ay hindi masaya kahit na mayroon sila ng napakaraming bagay, na parang wala naman sila nito. Walang hangganan ang mga pagnanasa. Sa umaga, pagkatapos mag-ahit at magbihis, ang unang bagay na gusto ng isang asawa ay almusal. Sa sandaling umupo siya sa mesa, hinihiling niya na sana ay may iba pang inihanda ang kanyang asawa. Siya naman, hinihiling niya na mayroon siyang mas magagandang plato, kutsara, kutsilyo, at tinidor.

Lumilipas ang mga araw, at ang mga pagnanasa para dito at doon ay nagpapatuloy hanggang sa wala nang makapagbibigay-kasiyahan sa kanila. Sa huli,

nabigo ang mag-asawa na mapasaya ang isa't isa at hindi nakasumpong ng kagalakan kahit sa kanilang mga anak, nawalan ng kaligayahan sa pagsasama. Dahil sa kanilang pagkadismaya, binabalewala nila ang mga pinakamalapit sa kanila. Ang asawa ay labis na nangungulit, nangungulit, at pinupuna ang kanyang asawa, habang sinisigawan nito ang mga anak, at ang mga anak ay nagrerebelde laban sa kanilang mga magulang at gumagawa ng mga kalokohan kasama ang kanilang mga kaibigan (at kaya nagpapatuloy ang siklo).

Hindi mali ang magmay-ari ng mga ari-arian; ang mali ay ang hayaang angkinin tayo ng ating mga ari-arian. Dapat nating palayain ang ating mga sarili mula sa pagkabit sa mga tao at bagay dahil ang pagkabit ay nagdudulot ng kalungkutan.

Ang paraiso ko ay nasa loob ko. Habang tinatamasa ko ang mga pagpapala ng Diyos, nagpapasalamat ako sa Kanya, at ang aking panloob na kagalakan ay lumalago. Kung wala ang panloob na kasiyahang iyon, maging ang mga kasiyahan at kagalakan sa mundo ay nagiging impyerno. Napagtanto ko na kung wala ang panloob na kagalakang iyon, ang pasanin ng mga responsibilidad na ipinataw sa akin ay maaaring mag-alis sa akin ng aking kapayapaan at kaligayahan.

Ang pinakamalaking kaaway ng kaligayahan ay ang pangungutang ng pera para makabili ng mga luho. May mga taong nagkakamali sa paniniwala na hindi sila maaaring maging masaya maliban kung mayroon silang makukuhang isang partikular na bagay. Ngunit kahit na matapos nilang makuha ang bagay na iyon, hindi nila mararanasan ang tunay na

kaligayahan, sa kabila ng kanilang pansamantalang kagalakan. Kaya ano ang saysay ng paghabol sa ilusyon ng kaligayahang panlupa na nangangakong sisira lamang sa pangako nito?

Dapat mamuhay nang simple ang mga tao nang hindi nangangailangan ng maraming ari-arian na nangangailangan ng patuloy na atensyon

Walang duda na ang pagbili ng bago ay isang kasiya-siyang karanasan. Ngunit pagkaraan ng ilang sandali, ang masayang pakiramdam na iyon ay unti-unting nawawala, at maaari mo pa ngang tuluyang mawalan ng interes dito, makalimutan ito at maghangad ng iba. Gayunpaman, ang singil para sa bagay na iyon ay hindi malilimutan, lalo na kung binili mo ito nang hulugan!

Dapat kontrolin ng isang tao ang kanilang buhay at pasimplehin ito hangga't maaari. Dapat silang mag-ipon ng pera para sa mga pangangailangan at emergency, unahin ang pag-iipon kaysa sa paggastos sa mga luho, at tulungan ang iba sa abot ng kanilang makakaya. Kapag tinulungan mo ang iba, darating ang tulong sa iyo sa iba't ibang paraan, at wala kang kukulangin at wala kang mawawalan.

Alam kong tiyak na lahat ng kailangan ko ay darating sa akin, kaya hindi ako nag-aalala tungkol sa kung ano ang naghihintay sa hinaharap. Hindi ito pagmamayabang o pagkukunwari, dahil naranasan ko na ang gawa at bisa ng pinagpalang kapangyarihang iyon sa aking buhay nang maraming beses.

Lumulutang man ako sa ibabaw ng buhay o nalulunod sa kailaliman ng dagat, alam kong kasama ko ang Diyos at Siya ay kasama ko, at walang

makakasakit sa akin. Ang kaalamang iyon ay nagbigay sa akin ng di-malarawan at malalim na kaligayahan.

Kung hindi dahil sa espirituwal na pag-unawa at mga karanasang natanggap ko, ako sana ang pinakamalungkot na tao sa mundo. Nagkamit ako ng maraming kayamanan, ngunit tumanggi akong hayaan itong umalipin sa akin, ni hindi ko hinayaan itong makaapekto o magbago sa akin. Ibinibigay ko ang lahat ng aking kinikita sa daan ng Diyos at sa mga nangangailangan. Ang aking panloob na kaligayahan ang aking pinakadakilang pag-aari—isang kayamanan na kahit ang mga hari ay pangarap lamang makamit.

Ang tagumpay ay nakasalalay sa panloob na tagumpay

Kapag nakakita ka ng maraming tao na kulang sa kaligayahan o tagumpay, huwag mong isipin na ito na ang kanilang kapalaran. Maaari mong hubugin ang iyong sarili sa anumang gusto mong maging. Ang iyong panloob na tagumpay ang tunay na nagpapatagumpay sa iyo. Kung may kulang sa iyo sa iyong sarili, hindi ka magiging masaya. Ngunit kung may kulang sa iyo sa panlabas na anyo ngunit masaya ka pa rin sa iyong sarili, walang alinlangan na ikaw ay matagumpay. Samakatuwid, imposibleng husgahan ang mga tao batay lamang sa kanilang panlabas na kalagayan. Sa gitna ng napakaraming tao, maaaring may mga indibidwal na nakamit ang espirituwal na kataas-taasan at nagtatamasa ng malalim na panloob na kapayapaan at espirituwal na kaligayahan.

Dahil dito, ang tagumpay sa moral at intelektwal —ang paglaya mula sa mga utos ng masasamang gawi

at hindi malusog na mga pagnanasa—ay nagdudulot ng higit na kaligayahan kaysa sa materyal na tagumpay. Sa tagumpay sa intelektwal ay nakasalalay ang sikolohikal na kagalingan na hindi maaalis ng mga panlabas na pangyayari. Maaari mong gugulin ang lahat ng iyong oras sa pag-iipon ng kayamanan, ngunit ang kayamananang iyon ay hindi magbibigay sa iyo ng pangmatagalang kapayapaan at seguridad na iyong hinahanap. Sa kabaligtaran, magdudulot ito sa iyo ng higit na kalungkutan, dahil ang tunay na kaligayahan at kapayapaan ay nasa isip, hindi sa mga materyal na ari-arian.

Kung hindi ka maglalaan ng oras para linangin ang iyong isipan, kahit gaano pa karami ang materyal na kayamanan ay hindi ka masisiyahan. Ang paglinang na ito ay hindi pagpapahirap, kundi pagsasanay sa iyong kamalayan upang pangalagaan ang mga kaisipan at kilos na humahantong sa kaligayahan.

Ang kaligayahan mo ay ang iyong tagumpay, kaya huwag mong hayaang nakawin ito sa iyo ninuman. Protektahan ang iyong sarili mula sa mga taong nagtatangkang mang-inis sa iyo. Noong bata pa ako, nagagalit ako tuwing may nagkakalat ng mga maling tsismis tungkol sa akin. Kalaunan, napagtanto ko na mas mahalaga ang aking kapayapaan ng isip kaysa sa pagsang-ayon o papuri ng mga tao.

Ang konsensya ay isang intuwisyon na nagpapakita ng tunay na kalikasan at mga motibo ng isang tao. Kapag malinis ang iyong konsensya, at alam mong ginagawa mo ang tama, wala kang dapat ikatakot. Ang malinis na konsensya ay isang patunay ng mabuting pag-uugali mula sa Diyos. Ang pagiging

napawalang-sala sa hukuman ng konsensya ay nangangahulugan ng pagkakaroon ng kaligayahan at pagtanggap ng mga pagpapala ng Diyos.

Kung ang isang tao ay hindi kumikita ng pera, ito ay dahil hindi sila nakatuon sa pagkita ng pera. Gayundin, kung hindi sila masaya, ito ay dahil hindi sila nakatuon sa pagkamit ng kaligayahan.

Ang mula na may dalang ginto sa kanyang likod ay hindi alam ang halaga ng kanyang dinadala. Gayundin, ang tao ay abala sa pagpasan ng pasanin ng buhay sa kanyang mga balikat sa pag-asang makahanap ng kaligayahan sa dulo ng daan kaya't nakakalimutan niya na taglay niya sa kanyang sarili ang isang sukdulan at pangmatagalang espirituwal na kagalakan.

(Parang mga kamelyo sa disyerto, namamatay sa uhaw habang ang tubig ay pasan sa kanilang mga likod)

Dahil naghahanap siya ng kaligayahan sa mga "bagay," hindi niya alam na mayroon pala siyang kayamanan ng kaligayahan sa loob niya.

Pagbibigay ng nararapat na tungkulin

Hindi ipinapayo ng Yoga ang pagpapabaya o pag-iwas sa mga responsibilidad sa buhay. Sa halip, hinihiling nito sa iyo na punuin ang iyong isipan ng Diyos habang ginagampanan mo ang iyong bahagi sa drama ng buhay. Kung nais mo ng isang liblib na buhay sa mga kagubatan o bundok, sa paniniwalang matatagpuan mo ang Diyos sa pamamagitan ng pagtalikod sa iyong mga tungkulin, dapat ka munang maging handa at makapag-isip (nang tahimik) buong

araw sa loob ng ilang araw. Ang ganitong pagsisikap ay tiyak na kahanga-hanga para sa mga may kakayahang gawin ito. Ngunit mas dakila ang mamuhay sa mundo, ngunit hindi sa mundo; ang tuparin ang iyong tunay na mga responsibilidad para sa kapakinabangan ng iba habang sabay na iniisip ang Diyos.

Dapat gumawa ng pagkakaiba sa pagitan ng malalaki at maliliit na tungkulin, na inuuna ang pinakamahalaga kaysa sa mga mahalaga lamang. Bukod pa rito, walang tungkulin ang dapat sumalungat sa isa pa. Sinasabi sa atin ng mga banal na kasulatan na kapag ang isang tungkulin ay sumasalungat sa isa pa, ito ay katibayan na hindi ito isang tunay na tungkulin. Halimbawa, kung hinahangad mo ang tagumpay sa pananalapi kapalit ng iyong kalusugan, napapabayaan mo ang iyong pisikal na kapakanan. Gayundin, kung labis kang nahuhumaling sa relihiyon na napapabayaan mo ang iyong mga responsibilidad sa pananalapi, hindi ka balanse dahil hinayaan mong sumalungat ang isang tungkulin sa iyong mga obligasyon sa iyong katawan at pamilya. At kung napapabayaan mo ang iyong tungkulin sa Diyos dahil ang lahat ng iyong atensyon ay nakatuon sa iyong pamilya, hindi iyon isang tunay na tungkulin.

Marami ang nagtatanong: "Dapat ba muna nating makamit ang materyal na tagumpay upang matupad ang ating mga makamundong obligasyon at saka hanapin ang Diyos?" o "Dapat ba muna nating hanapin ang Diyos at saka magtagumpay?"

Ang Diyos ang una, at hindi natin dapat simulan o tapusin ang ating araw nang hindi Siya iniisip at

pinagninilayan nang malalim. Dapat nating tandaan na kung wala ang lakas at enerhiyang natatanggap natin mula sa Diyos, wala tayong magagawa. Samakatuwid, ang ating pinakadakilang tungkulin ay sa Kanya. Kung tutuparin natin ang lahat ng iba pang obligasyon nang hindi tinutupad ang ating tungkulin sa Kanya, hindi Siya malulugod. Pinakamainam na gawin ang ating mga kilos sa paraang nakalulugod sa Diyos.

Napakagandang isipin na pagsamahin ang paghahanap sa Diyos at materyal na tagumpay. Ngunit maliban kung ang isa ay magnilay-nilay nang malalim at regular, upang ang kanilang kamalayan sa Diyos ay unang maitatag nang matibay, ang mundo ay mag-aalab sa kanilang kamalayan, at wala silang makikitang oras para sa mga espirituwal na bagay. At kung wala tayong tiyak na pakiramdam na ang Diyos ay kasama natin, ang ating mga makamundong tungkulin ay kadalasang nagiging pinagmumulan ng sikolohikal na paghihirap. Ngunit kapag nararamdaman mo na ang Diyos ay kasama mo sa lahat ng oras at iniisip Siya habang tinutupad ang iyong mga tungkulin, ikaw ay magiging kabilang sa pinakamasayang tao.

Mapalad ang mga nagmamahal sa Diyos, sapagkat sila ay nasa walang hanggang kasiyahan at walang hanggang kaligayahan

Kung hindi ko natanggap ang mga turo ng aking tagapagturo, si Swami Sri Yukteswar, na nagbigay sa akin ng banal na kamalayan, matagal ko nang nawala ang aking determinasyon at hindi ko sana natulungan ang mga tao at nakapagtayo ng mga templo upang hanapin at pagnilayan ang Diyos. Sa kabila ng lahat

ng ito, may ilan pa ring nagtangkang humarang sa aking landas sa halip na makipagtulungan sa akin.

Sinumang tratuhin ang mga tao na parang kanilang panginoon na obligado nilang sundin, tatalikod sila laban sa kanya at susubukang alisin siya sa lahat ng paraan at pamamaraan.

Ngunit kung susubukan mong gabayan at payuhan ang iba nang may tunay na pagmamahal, ikaw ay kokoronahan bilang hari ng kanilang mga puso. At kapag minahal mo ang lahat nang pantay-pantay, makikilala mo ang mga tumutugon sa pagmamahal na iyon.

Walang kapantay ang banal na pag-ibig

Kung alam mo lang sana ang kwento ng banal na pag-ibig na nararanasan ng ilang deboto sa Diyos! Walang ibang karanasan sa buhay ang maihahambing sa kagalakang iyon. May kilala akong isang santo na patuloy na nakalubog sa pag-ibig ng Diyos, at ang kanyang mukha ay nagniningning ng banal na pag-ibig. Ang mata ng Diyos ay laging nasa mga nagmamahal sa Kanya, at hindi Niya sila pinababayaan kahit isang sandali.

Nakikita ko ang aking minamahal na Diyos sa lahat ng bagay sa aking paligid

Nakita ko siyang nakatitig sa akin mula sa mga bulaklak at nakatingin sa akin mula sa bintana ng buwan.

Nakikita ko ito sa mukha ng kalikasan at sa mukha ng mga taong may marangal na kaluluwa at mabubuting puso

Hindi natin dapat pabayaang ang Pinakadakilang Minamahal, ang pinagmumulan ng lahat ng kabutihan, pag-ibig, at biyaya. Hindi rin natin dapat hayaang mapuno ang ating mga puso ng mga ilusyon at walang kabuluhang bagay ng mundong ito, kundi ng banal na pag-ibig, na nagbibigay-buhay sa puso, nagbibigay-inspirasyon sa isip, at nagpapanibago sa lakas ng kaluluwa. Ang pag-ibig na iyon ay walang kapantay. Kapag ang banal na pag-ibig ay nagmamay-ari ng pagkatao ng naghahanap, ang mga selula ng kanyang katawan ay nagagalak, at siya ay napupuno ng pinakamalaking kagalakan. At tungkol sa karanasang ito, isa sa mga umiibig sa Diyos ang umawit:

Nang pumasok ang Panginoon ng Sansinukob sa isang espirituwal na templo

Napuno ng saya ang puso ko, at nakalimutan ko ang mga tibok nito

Kung paanong nakalimutan ng lahat ng selula sa aking katawan ang kanilang mga nakatalagang gawain

Namangha siya nang marinig niya ang tinig ng buhay na walang hanggan

Ang tinig ng pinakadakilang minamahal sa mundo, ang tinig ng Diyos, ang pinagmumulan ng buhay.

Ang puso ko, ang utak ko, at bawat atomo ng aking pagkatao ay nakuryente

Sapagkat siya ay naantig ng pinakabanal na presensya ng Diyos

Iyan ay isang maikling suliyap sa banal na pag-ibig at ang epekto nito sa buhay ng mga umiibig sa Diyos.

Ang mga kalungkutang nililikha at iniwan ng poot at digmaan sa puso ng mga tao ay patunay na ang ispiritwalidad, habag, kabaitan, at pagmamahal ang sukdulang puwersa. Ang poot ay mapanira, habang ang pag-ibig ang pinakadakilang puwersang nakapagbubuo sa sansinukob.

Kaya nga, mga mahal kong kaibigan, dapat nating kilalanin ang kawalang-saysay ng poot at ang kahangalan ng digmaan, at magbalik-loob sa Diyos nang ating buong pagkatao at mahalín Siya nang ating buong puso. Sapagkat ang Kanyang pag-ibig ay nagbibigay ng tagumpay na puno ng lubos na kasiyahan at kasiyahan: isang tagumpay na hindi makakamit kung hindi.

Tanging ang pag-ibig ang bubuo ng isang mas mabuting mundo, magdudulot ng kabutihan sa mga naninirahan dito, at magbibigay sa kanila ng marangal na buhay. Kung ititigil lamang ng mga bansa ang pagpapataw ng kanilang sarili sa isa't isa sa pamamagitan ng mga maling pamamaraan, at sa halip ay yayakapin ang pagmamahalan at suporta sa isa't isa, masasaksihan natin ang pandaigdigang tagumpay, na ang mga bunga ay matatamasa ng lahat ng tao sa mundo.

Isipin ang milyun-milyong ginagastos sa pagpatay ng isang tao sa mga digmaan! Kay laking kahihiyan sa sangkatauhan! At ano pa nga ba ang maaaring maging resulta nito maliban sa sakit, pagdurusa, pagkawasak at pagkawasak?

Ang tanging paraan para wakasan ang paghihirap ng tao ay sa pamamagitan ng pagmamahal

Hangga't ang isang bansa ay nagtatayo at bumubuo ng mga sandata ng malawakang pagkawasak, ang ibang mga bansa ay susubukang lumikha ng mas sopistikado at nakamamatay na mga pamamaraan at sandata upang protektahan ang kanilang sarili, at ang mga tao ay mabubuhay sa patuloy na takot. Bakit hindi lahat ng mga bansa ay naglililang ng pagmamahal at pag-unawa sa halip na magpasiklab ng poot at digmaan? Ang tunay na solusyon ay nasa isang unibersal na relihiyon ng pagmamahal at pag-unawa. Ang pagmamahal ang siyang nagwawagi sa sangkatauhan.

Ang kapangyarihan sa likod ng bawat kapangyarihan

Una sa lahat, makamit ang tagumpay kasama ang Panginoon ng Sansinukob. Ang mga tao ay labis na abala sa kanilang trabaho kaya iniisip nilang wala silang oras para isipin ang Diyos. Ngunit ano ang mangyayari sa isang tao kung babawiin ng Diyos ang Kanyang kapangyarihan sa kanilang katawan at isipan? Titigil sa pagtibok ang puso, at mawawalan ng kakayahang mag-isip ang utak.

Ang Diyos ang banal na pag-ibig sa likod ng bawat pag-ibig ng tao, ang pangkalahatang kaisipan sa likod ng bawat pag-iisip, ang sukdulang kalooban sa likod ng bawat kalooban, ang pinakadakilang tagumpay sa likod ng bawat tagumpay sa lupa, at ang kataas-taasang kapangyarihan sa likod ng lahat ng kapangyarihan.

Ito ang dugo sa bawat ugat at ang hininga sa likod ng mga salita

Kung babawiin niya ang kanyang kapangyarihan sa akin, agad akong titigil sa pagsasalita at ang aking boses ay patatahimikin magpakailanman.

Kung ang Kanyang kapangyarihan ay hindi gagawa sa ating mga puso at isipan, tayo ay magiging mga bangkay na walang buhay.

Ingatan natin - ingatan ka nawa ng Diyos - kung ano ang maganda... at tandaan natin na ang ating unang tungkulin sa buhay ay ang paglingap sa Diyos.

Kapag tinutupad natin ang sagradong tungkuling iyan, nakikipag-ugnayan tayo sa ating pinagmumulan at ang ating mga puso ay napupuno ng kagalakan; iyan ang pinakadakilang tagumpay at ang sukdulang tagumpay. Sumainyo ang kapayapaan.

Ang Kwento ng Hari ng Ascetic

Noong unang panahon, sa India, nanirahan ang isang dakilang pantas na nagngangalang Vyasa, ang may-akda ng Bhagavad Gita, ang pinakadakila sa mga espirituwal na teksto ng Hindu. Sa pamamagitan ng kanyang napakalawak na espirituwal na kapangyarihan, nagawa niyang ipatawag ang isang kahanga-hangang espiritu sa sinapupunan ng kanyang asawa. Habang lumalaki ang fetus sa loob niya, ibinahagi ng ama sa hindi pa isinisilang na bata ang mga lihim ng kaalaman at ang diwa ng karunungan sa pamamagitan ng subconscious ng kanyang asawa.

Sa pagsilang, ang bata ay pinangalanang Sukdeva. Dahil sa pagsasanay at pangangalaga ng

kanyang matalinong ama, napatunayan niyang isa siyang pambihirang bata. Sa edad na pitong taon, kabisado na niya ang lahat ng aklat ng pilosopiya at karunungan at handa nang talikuran ang mundo upang maghanap ng isang maalam na guro upang makakuha ng mas maraming kaalaman.

Sa India, ang naghahanap na nauuhaw sa katotohanan ay naghahanap ng mga espirituwal na guro hanggang sa matagpuan niya ang isa na lubos na natatanto na siya ang gabay na ipinadala sa kanya ng Diyos upang iligtas siya mula sa kadiliman ng kamangmangan tungo sa liwanag ng kaalaman.

Kapag ang pagnanais para sa espirituwal na kaalaman ay nasa mga unang yugto pa lamang, ang naghahanap ay tumatanggap ng paminsan-minsang espirituwal na pagtuturo mula sa iba't ibang pinagmumulan. Ngunit kapag tumindi ang pananabik sa Diyos, nagpapadala ang Diyos sa kanya ng isang espirituwal na guro na matatag na nakabatay sa mga banal na agham, na nagsisilbing sagradong paraan ng paggabay sa naghahangad na naghahanap pabalik sa espirituwal na tahanan—sa kaharian ng Diyos sa loob ng tao.

Nang magpasya si Sukdeva na maghanap ng espirituwal na gabay, pinayuhan siya ng kanyang ama na pumunta kay Haring Janaka, ang gobernador ng lalawigan. Kinuha ni Sukdeva ang kanyang mga libro at nagtungo sa korte ng hari. Pagpasok pa lang niya sa pintuan ng palasyo, nakita niya ang hari na nakaupo sa isang ginintuang trono na puno ng mga rubi at diyamante, na napapalibutan ng mga babaeng pinapaypayan siya ng mga pamaypay na gawa sa

dahon ng palma (gaya ng kaugalian sa sinaunang India tuwing mainit na tag-araw).

Si Haring Gnaka noon (isang monji) ay nakaupo sa kanyang trono at naninigarilyo ng oriental hookah, at ang batang si Sukdeva ay nabigla sa nakitang iyon at sinabi sa kanyang sarili: "Nakakahiya naman sa aking ama na ipinadala ako sa makamundong haring ito hanggang sa kaibuturan! Paano magiging guro ko ang isang taong may ganitong materyalistikong tendensiya at karakter?!"

Ngunit si Haring Gnaka ay isang hari at isang santo. Nabuhay siya sa mundo ngunit hindi taga-mundo. Dahil sa kanyang mataas na antas ng espirituwalidad, naunawaan niya sa pamamagitan ng telepatiya ang tumatakbo sa isipan ni Sukdeva, na umalis sa kanyang korte at bumalik sa kanyang pinanggalingan.

Nagpadala ang hari-santo ng isang mensahero para sunduin ang bata, hinihiling na bumalik ito. Pagbalik nito, nagkita nang harapan ang guro at ang disipulo, kung saan pinaalis ng hari ang kanyang mga katulong at agad na nakipag-usap nang malalim tungkol sa Diyos at sa Kanyang mga kababalaghan.

Lumipas ang apat na oras, at nagsimulang hindi mapakali at makaramdam ng gutom si Sukdeva, ngunit ayaw niyang maistorbo si Haring Gnaka, na nakalubog sa karagatan ng Diyos at nalasing sa kanyang pag-ibig.

Hindi pa natatagalan pagkalipas ng isa pang oras ay dumating ang dalawang mensahero na sumisigaw: "Kamahalan, ang buong lungsod ay nasusunog, at ang nagliliyab na apoy ay papalapit na sa palasyo. Maaari

ba kayong maging mabait na pangasiwaan ang mga pagsisikap sa pag-apula ng sunog?"

Sumagot ang hari, "Nakikipag-usap ako sa aking kaibigang si Sukdeva tungkol sa mahabaging Diyos na nagpoprotekta sa lahat ng humihingi ng kanlungan sa Kanya at nagtitiwala sa Kanyang tulong. Wala akong oras para gumawa ng iba pa. Iwan mo ako at tumulong ka sa iba na patayin ang apoy."

Pagkalipas ng isa pang oras, ang dalawang mensahero ay bumalik kay Haring Janaka at sumigaw, "O Hari ng Panahon, hinihiling namin sa iyo na umalis ka agad. Napapaligiran ng apoy ang palasyo, at ang mga apoy ay mabilis na papalapit sa iyong silid."

Sumagot ang hari, "Walang problema! Huwag mo akong abalahin, umiinom pa rin ako ng banal na alak kasama ang aking mahal na kaibigan. Sige, gawin mo ang iyong makakaya."

Namangha si Sukdeva sa reaksiyon ng hari, ngunit sinubukan niyang manatiling kalmado, hindi naapektuhan ng kaguluhan sa paligid. Maya-maya, dalawang lalaki, nasunog ng apoy, ang lumapit sa hari at sumigaw nang buong lakas: "O makapangyarihang hari, tingnan mo! Ang nagliliyab na apoy ay papalapit sa iyong trono! Tumakas ka, Kamahalan, bago ka pa matupok ng apoy!"

Sumagot ang hari, "Humayo ka, para sa iyong sariling kaligtasan, ligtas at panatag ako sa mga bisig ng Diyos, ang Makapangyarihan sa lahat, at hindi ako natatakot sa apoy at sa mapanirang apoy nito."

Nakatakas ang dalawang lalaki, at nagsimulang lumantad ang apoy sa tambak ng mga aklat ni

Sukdeva na nasa tabi niya, ngunit nanatiling kalmado at walang pakialam ang hari sa lahat ng nangyayari.

Dahil dito, nataranta si Sukdeva at nawalan ng kontrol sa sarili. Tumayo siya mula sa kanyang upuan at sinimulang hampasin ang apoy gamit ang kanyang mga kamay, sinusubukang protektahan ang kanyang mahahalagang libro. Pagkatapos ay ngumiti si Haring Gnaka, at sa isang kilos, naglaho ang apoy na parang hindi kailanman nangyari. Namangha si Sukdeva sa kanyang nakita at bumalik sa kanyang upuan, napuno ng pagkamangha at pagkalito.

Sa wakas, mahinahong sinabi ng hari, “O batang Sukdeva, nang makita mo ako ay inakala mong isa akong haring nalubog sa mga makamundong bagay, ngunit tingnan mo ang iyong sarili! Tinalikuran mo ang Makapangyarihan at Nagpoprotektang Diyos upang protektahan ang iyong mga libro, samantalang ako ay hindi nagbigay-pansin sa aking nasusunog na kaharian at palasyo. Ginawa ng Diyos ang himalang ito upang ipakita sa iyo na sa kabila ng iyong asetisismo sa mundo, mas nakadikit ka sa iyong mga libro kaysa sa Diyos, at mas nakadikit sa aking kaharian, kahit na ako ay nabubuhay sa mundo sa halip na mag-isa at mag-ermitanyo.”

Nahiya si Sukdeva, at kasabay nito ay napagtanto na ang banal na haring ito - at wala nang iba - ang kanyang espirituwal na gabay.

Pagkatapos ay hiniling ni Haring Ganakka kay Sukdeva na sumailalim sa isang mahigpit na pagsubok upang turuan siya ng sining ng pamumuhay sa mundo nang hindi nahuhulog sa mga patibong nito at hindi nakatali sa mga limitasyon nito. Isang araw, binigyan ng hari si Sukdeva ng dalawang mangkok na

puno ng langis at sinabi sa kanya: "Maglagay ng isang mangkok sa bawat kamay at pumasok sa lahat ng silid ng palasyo kasama ang mga mararangyang kagamitan nito, at bumalik sa akin pagkatapos mong makita ang lahat ng laman nito. Ngunit tandaan na hindi kita tatanggapin bilang aking disipulo kung hahayaan mong mahulog ang kahit isang patak ng langis sa mga karpet."

Hiniling ng hari sa dalawa sa kanyang mga guwardiya na samahan si Sukdeva

Tunay ngang mahirap ang pagsubok na iyon, ngunit pagkalipas ng dalawang oras, nagwagi si Sukhdeva. Hindi niya hinayaang matapon ang kahit isang patak ng langis mula sa dalawang umaapaw na mangkok na nakapatong sa kanyang nakaunat na mga kamay.

Sinabi ng hari sa kanya, "Sokdeeva, sabihin mo sa akin ang tungkol sa mga detalye ng bawat silid sa palasyo."

"Maharlikang Guro," sagot ni Sukdeva, "ang aking isipan ay lubos na nakatuon sa pagpigil sa pagkalat ng langis sa mga karpet, kaya naman wala na akong napansing iba pa sa palasyo."

Sumagot ang hari, "Binigo mo ako, Sukdeva! Hindi ka nakapasa sa aking pagsusulit. Hiniling ko sa iyo na suriin ang lahat ng nasa silid ng palasyo at kasabay nito ay huwag mong hayaang matapon ang kahit isang patak ng langis mula sa dalawang mangkok. Bumalik ka at subukan muli, at pumunta ka sa akin kapag tapos ka na at sabihin mo sa akin ang iyong nakita."

Pagkalipas ng sampung oras, mahinahong bumalik si Sukhdeva. Hindi siya nataponan ng langis at hindi rin siya pinagpawisan o nabalisa gaya ng dati. Nasagot din niya ang mga tanong ng hari tungkol sa mga nilalaman ng palasyo at inilarawan ang mga detalye ng mga silid nito nang may kahanga-hangang katumpakan.

Natuwa si Haring Gnaka sa tagumpay ni Sukdeva sa pagsusulit at sinabi sa mahinang boses:

"Anak ko, ang pagkahumaling sa mga ari-arian, hindi ang mga ari-arian mismo, ang pinagmumulan ng paghihirap."

O Sukhdeva, sa mundong ito ay wala tayong pag-aari; ang mga bagay ay ibinigay sa atin upang gamitin sa ating pansamantalang pamamalagi sa mundong ito. Ang ilan ay may higit na magagamit kaysa sa iba, ngunit tandaan na kapwa ang mayayaman at ang mahihirap ay iiwan ang lahat pagdating ng oras ng paglisan. Ang isang tao ay hindi dapat mamuhay nang hindi balanse, iniisip lamang ang Diyos at pinababayaan ang kanilang mga tungkulin sa mundo, tulad ng pagtutuon ng iyong isip sa langis nang hindi nakikita ang mga nilalaman ng palasyo. Ngunit sa iyong pangalawang pagbisita, itinuon mo ang iyong pansin pangunahin sa langis, ngunit kasabay nito ay nakita mo ang lahat ng bagay sa palasyo at hinigop ang pinakamaliit na detalye nito. Gayundin, dapat mong panatilihing nakatuon ang iyong isip sa Diyos, hindi hayaang matapon ang langis ng karunungan mula sa sisidlan ng iyong talino, at kasabay nito ay maging aktibo sa paggawa ng tama at paggawa ng mabuti upang matulungan ang iyong sarili at ang mga inilagay ng Diyos sa iyong pangangalaga.

Sumainyo ang kapayapaan

Ang kamatayan ba ay simula o katapusan?

Sa paglipas ng mga taon at buwan, nagsagawa ako ng masusing at patuloy na pagsasaliksik hanggang sa malaman ko ang sikreto ng buhay at kamatayan at kung ang mga kaluluwa ay bumabalik sa pagkakatawang-tao pagkatapos nilang iwan ang kanilang mga sirang katawan.

Para sa karamihan ng mga tao, tila isa lamang itong ideya, o paniniwala dahil sa kakulangan ng patunay. Ngunit hindi ako nagsasalita mula sa basta paniniwala lamang; nakahanap ako ng ebidensya ng buhay pagkatapos ng kamatayan at reinkarnasyon. Samakatuwid, makukumpirma ko ang katotohanang ito mula sa aking sariling personal na karanasan.

Bagama't tinitingnan ng mga tao ang kamatayan nang may takot at kalungkutan, itinuturing ng mga nauna sa atin sa masayang lupain ang kamatayan bilang isang kahanga-hangang karanasan ng kagalakan, kapayapaan, at kalayaan.

Kay ganda ng buhay pagkatapos ng kamatayan! Hindi na kakailanganing buhatin ang mabigat na bungkos ng mga buto kasama ang lahat ng kaakibat nitong sakit at problema. Ang mga kaluluwa sa ethereal na mundo ay nananatili ang kanilang kamalayan at nagagalak sa kanilang kalayaan mula sa lahat ng pisikal at materyal na mga hadlang.

Sa kamatayan, nalilimutan ng isang tao ang mga limitasyon ng pisikal na katawan at napagtatanto kung gaano sila tunay na malaya. May pakiramdam

ng takot sa loob ng ilang segundo: takot sa hindi alam, takot sa isang bagay na hindi pamilyar sa kamalayan ng tao. Ngunit pagkatapos, ang kaluluwa ay nakakaranas ng malalim na kaalaman at isang labis na kagalakan sa pagiging malaya mula sa lahat ng mga hadlang, lalo na ang pakiramdam ng pagkakaroon sa labas ng pisikal na hawla.

Walang dapat ikatakot, dahil hangga't hindi pa namamatay ang isang tao, buhay pa rin siya, at kapag namatay siya, iyon na ang katapusan at wala nang dapat pang katakutan.

Ang kamatayan ay isang karaniwang karanasan: isang pagbabagong pinagdadaanan ng bawat tao. Aliwin natin ang ating sarili sa katotohanang ang kamatayan ay nangyayari sa lahat, at ito ay isang panahon ng pahinga mula sa mga pasanin at alalahanin ng buhay.

Ang kamatayan ay isang kaaya-ayang karanasan, ngunit hindi dapat hangarin ng isang tao na ito ay isang pagtakas mula sa malupit na mga aral sa buhay. Ang pagtakas ay isang pagkakamali. Anuman ang kalagayan ng isang tao sa mundong ito, dapat niyang harapin ang mga ito nang may katapangan at katapangan. Kapag nagtagumpay ang isang tao sa pagharap sa mga hamon ng buhay, ang kamatayan ay nagiging isang nararapat na gantimpala.

Ang kamatayan ay hindi isang wakas, kundi isang pansamantalang kalayaan na ipinagkakaloob ng banal na batas ng hustisya (karma) sa mga kaluluwa kapag mahusay nilang ginagampanan ang kanilang mga tungkulin, o kapag nauubos na ng sakit ang kanilang lakas kaya't hindi na nila matiis na mabuhay at magpatuloy sa kanilang landas.

Para sa mga nagdurusa (at sa mga nagmumuni-muni), ang kamatayan ay isang paglaya mula sa masasakit na paghihirap ng katawan tungo sa isang estado ng katahimikan, pagkagising, at kapayapaan. Para sa mga matatanda, ito ay isang nararapat na pensiyon na nakamit sa pamamagitan ng mga taon ng patuloy na pagtatrabaho at pakikibaka. Para sa lahat, ito ay isang malugod na kapahingahan. Ngunit sa panahon ng kapahingahang ito, ang mga natutulog na pagnanasang hindi natupad noong nabubuhay sa lupa ay gigising, at nararamdaman ng kaluluwa ang pangangailangang tuparin ang mga ito. Kapag ang mga pagnanasang ito ay lumakas nang sapat, ang kaluluwa ay hinihila pabalik sa lupa at muling isinilang.

Ang ating tunay na sarili, o kaluluwa, ay imortal sa esensya nito. Maaari tayong matulog nang pansamantala dahil sa pagbabagong tinatawag na kamatayan, ngunit ang ating mahalagang pagkakakilanlan ay hindi kailanman maglalaho. Tayo ay umiiral, at ang ating pag-iral ay walang hanggan. Ang isang alon ay dumarating sa dalampasigan at pagkatapos ay bumabalik sa dagat nang hindi nawawala ang esensya nito; sa halip, ito ay sumasama sa karagatan o bumabalik muli bilang isa pang alon.

Ang katawan ay lumitaw mula sa kosmikong karagatan at mamamatay, ngunit ang esensya ng kaluluwa na nananahan sa loob ng katawan ay hindi kailanman titigil sa pag-iral magpakailanman. Sapagkat ang pagkalipol ng banal na esensyang iyon ay imposible.

Bakit tayo umiiyak kapag namatay ang ating mga mahal sa buhay? Dahil ikinalulungkot natin ang ating pagkawala Kung iniwan tayo ng ating mga mahal sa buhay upang mag-aral sa mga paaralang mas mahusay kaysa sa mga paaralan ng buhay, dapat tayong magalak para sa kanila sa halip na magdalamhati para sa kanila. Ang pagdadalamhati para sa mga kaluluwang yumao ay nagpapanatili sa kanila na nakatali sa lupa sa pamamagitan ng mga lubid ng ating kalungkutan, na humahadlang sa kanilang pag-unlad sa mas mataas na antas ng walang hanggang abot-tanaw ng Diyos.

Ang kamatayan ay dumarating sa mga taong masipag at masigasig sa buhay bilang isang promosyon sa mas mataas na katayuan at ranggo. At para sa mga nabibigo, dumarating din ito upang bigyan sila ng bagong pagkakataon sa isang bagong kapaligiran upang muling sumubok at makamit ang tagumpay.

Ang mga hindi naliwanagan ay nakikita ang kamatayan bilang isang makapal na pader na magpakailanman ay nagtatago sa kanilang mga kaibigan at mahal sa buhay sa likod nito. Ngunit ang mga malaya sa mga pagkakabit at makasariling pagnanasa, na nagmamahal sa iba bilang mga pagpapahayag ng Diyos bilang tao, ay nauunawaan na sa kamatayan, ang kanilang mga mahal sa buhay ay bumabalik sa Diyos upang langhapin sa Kanyang malawak na kalawakan ang mga simoy ng kalayaan at dalisay na kaligayahan.

Dapat tayong magpadala ng mapagmahal na mga saloobin sa mga yumao na at hilingin sa Diyos na bigyan sila ng kapayapaan at ginhawa sa kanilang

bagong mundo. Magagawa ito sa pamamagitan ng matamang pagtutuon sa pagitan ng mga kilay at pagpapadala ng espirituwal na mensahe sa ating mga mahal sa buhay sa kabilang buhay. Dapat din tayong magpadala sa kanila ng mga saloobin ng paghihikayat at pagmamahal. Kung ang ating mga mensahe ay patuloy, tiyak na mararamdaman nila ang mga ito at gagantihan ang ating mga nararamdaman. Sapagkat sila naman, ay naiisip at nananabik sa atin, tulad ng kanilang pagsasaya tuwing naaalala natin sila at nagpapadala sa kanila ng mga mensahe ng pagmamahal at pananabik.

At darating ang araw na muling pagsasamahin ng Diyos ang mga nagmamahalan, at malalaman natin na ang buhay ng tao ay hindi lamang ang lahat ng umiiral, kundi isa lamang kawing sa kadena ng isang walang hanggan at hindi naputol na relasyon sa ating mga kaibigan at mahal sa buhay sa buhay na ito at sa kabilang buhay.

Sumainyo ang kapayapaan

patas na resulta

Ang isip ang lumilikha at nagbabago ng lahat ng bagay, kaya naman dapat itong gabayan nang maayos upang hindi ito lumikha ng

Mabubuting ideya at bagay lamang. Kung panghahawakan mo ang isang ideya, nang may determinasyon at kagustuhan, ito ay magiging

Magkakaroon ito ng nakikita at nasasalat na anyo kapag nagagamit ng isang tao ang kanyang kagustuhan para sa mga layuning

Dahil laging kapaki-pakinabang at nakabubuo, siya ang nagiging panginoon ng kanyang kapalaran

May tatlong mahahalagang paraan upang mapalakas ang iyong determinasyon at gawin itong malakas at epektibo:

Pagpili ng isang simpleng trabaho o propesyon na dating imposibleng gawin at pag-aralan, at ang determinasyon na

Tagumpay sa trabaho o propesyon na iyon

Una, siguraduhing makakamit ang napili, at pagkatapos ay huwag sumuko sa harap ng pagkabigo.

At pagkabigo

Pagtutuon ng mga pagsisikap sa iisang layunin at paggamit ng lahat ng magagamit na enerhiya at pagkakataon upang makamit ito

Iyan ang layunin

Napakahalagang laging tiyakin, sa kaibuturan ng tahimik na sarili, na ang ninanais at pinagsisikapan ng isang tao ay

Ang kanyang kahilingan ay para sa kanyang ikabubuti at naaayon sa banal na kalooban. Kung gayon, magagamit niya ang kanyang buong kapangyarihan.

Ang kanyang kagustuhang makamit ang kanyang layunin, habang ang kanyang isipan ay nakatuon sa Diyos, ang pinagmumulan ng lahat ng kapangyarihan

At mga nagawa

Ang takot ay nagpapahina sa enerhiya ng buhay

Ang isip ng tao ay isang malawak na imbakan ng enerhiya o mahahalagang aktibidad. Ang aktibidad na ito ay

Ang patuloy na paggamit nito sa paggalaw ng kalamnan at sa paggana ng puso, бага, at diaphragm

Metabolismo ng selula at mga reaksiyong kemikal ng dugo, at sa paggana ng mga organong pandama

(Mga Nerbiyos) Bukod pa rito, malaking halaga ng mahalagang enerhiya ang ginugugol sa

Isip, emosyon, at kalooban

Pinapahina ng takot ang mahahalagang aktibidad. Isa ito sa pinakamatinding kaaway ng aktibong kalooban. Ang takot ay nakabatay sa

Sa pamamagitan ng pagpisil at pagharang sa mga aktibidad ng buhay na karaniwang dumadaloy nang regular patungo sa mga nerbiyos, tila ba

Ito ay naparalisa, kaya ang katawan ay nagiging matamlay at ang sigla nito ay kapansin-pansin at malaki ang nababawasan.

Hindi nakakatulong ang takot para maalis ang sanhi ng iyong takot. Pinapahina nito ang kalooban at labis na pinasisigla ang utak.

Upang magpadala ng humahadlang na senyales sa mga organo ng katawan. Sinasaklaw ng takot ang puso at hinahadlangan ang proseso.

Ang panunaw ay nagdudulot ng maraming pisikal na karamdaman Kapag ang kamalayan ay nananatiling nakatuon sa Diyos

Wala tayong katatakutan at malalampasan natin ang bawat balakid at balakid nang may katapangan at pananampalataya

Ang isang hangarin ay isang pagnanais na kulang sa enerhiya. Ang intensyon ay ang determinasyon na gawin ang isang bagay: upang matupad ang isang hangarin o

Ang Pagnanais, sa kabilang banda, ay maipapahayag sa pagsasabing: "Walang pagod akong nagtatrabaho hanggang sa makamit ko ang aking ninanais"

"Gusto ko ito" Kapag sinanay ng isang tao ang kanilang kalooban, maaari nilang ilabas ang mga puwersa ng mahahalagang aktibidad

At ginagabayan ito, hindi lamang basta pagnanasa ng isang bagay nang hindi ginagawa ang kinakailangan

Para makuha ang bagay na iyon

Ang mga bagong pagsisikap pagkatapos ng pagkabigo ay nagbubunga ng tunay na paglago

Kahit ang pagkabigo ay dapat magsilbing katalista para sa lakas ng loob at para sa pisikal at espirituwal na paglago.

Para sa anumang proyekto, kapaki-pakinabang na suriin ang lahat ng kaugnay na salik, sitwasyon, at pangyayari upang maalis ang mga ito.

Ganap na pag-aalis ng posibilidad na maulit ang parehong mga pagkakamali sa hinaharap. Ang pagpapahinto sa pagkabigo ang pinakaangkop na paraan.

At ang pinakamabungang panahon para sa paghahasik ng mga binhi ng tagumpay

Ang mga suntok at hampas mula sa mga pangyayari ay maaaring magdulot ng mga pasa at gasgas, ngunit dapat manatiling kalmado.

Matuwid at nakataas ang ating mga ulo. Hindi tayo dapat sumuko sa pagsubok, bagkus ay subukan muli.

Bukod doon, gaano man karaming beses tayong mabigo, dapat tayong magsikap kapag iniisip natin na

Wala na tayong lakas para lumaban pa, hangga't hindi natin nararamdaman sa kaibuturan natin na ginawa na natin ang ating makakaya

Ginawa namin ang aming makakaya, at gagawin namin ang aming makakaya hanggang sa ang aming mga pagsisikap ay magtagumpay

Dapat tayong magtiyaga sa laban ng buhay hanggang sa wakas, gamit ang ating makapangyarihang lakas ng loob

Pagtagumpayan ang lahat ng kahirapan sa buhay

Ang mga bagong pagsisikap kasunod ng pagkabigo ay humahantong sa tunay na paglago, ngunit ang mga pagsisikap na iyon ay dapat na ikoordina at palakasin.

Nang may maingat na atensyon at epektibong dinamikong kalooban

Kahit na nabigo ka na sa ngayon, hindi pa rin matalino na tumigil sa pakikipaglaban at ituring ang pagkabigo bilang kapalaran

At ayon sa tadhana, mas mabuti pang mamatay ang isang tao sa pakikipaglaban kaysa tumigil sa pagpupursigi hangga't may oras pa siya.

Mas marami pa siyang magagawa, dahil ang kanyang mga pagsisikap ay magpapatuloy sa isang bagong buhay kahit na pagkatapos ng kanyang kamatayan.

Ang tagumpay at pagkabigo ay makatarungang resulta ng nagawa ng isang tao noon, bilang karagdagan sa kung ano ang

Ginagawa niya ito ngayon Kaya naman, ang mga ideya ng tagumpay ay dapat gisingin at muling magkarga mula sa mga nakaraang anyo.

Gamit ang aktibidad at sigla upang makontrol ang mga iniisip na pagkabigo sa kasalukuyang buhay

Ang mga kahirapan at problemang kinakaharap ng isang matagumpay na tao ay maaaring mas malaki kaysa sa mga nararanasan ng iba

Hinarap ito ng taong hindi matagumpay. Ngunit sinanay ng una ang kanyang sarili na tuluyang tanggihan ang ideya ng pagkabigo.

At nang detalyado sa lahat ng oras

Ang isip ay dapat ilipat mula sa pagkabigo at kawalan ng pag-asa patungo sa tagumpay at pagtatagumpay, mula sa pag-aalala patungo sa katahimikan

Mula sa kalituhan sa intelektwal at sikolohikal na pagkabalisa tungo sa pokus ng isip, mula sa kalituhan at kaguluhan

Sa kapayapaan, at mula sa kapayapaan hanggang sa banal na espirituwal na kaligayahan

Kapag taglay mo ang kaalamang ito sa sarili, ang layunin ng iyong buhay ay magiging matagumpay at makakamit na.

Maluwalhati

Ang pangangailangan ng saykoanalisis

Para sa mga nagnanais magtagumpay, aming iniaalok ang payong ito:

Isa pang sikreto sa tagumpay ay ang saykoanalisis. Ang introspeksyon ay isang salamin kung saan makikita ng isang tao

Ang mga nakatagong kaibuturan ng iyong isipan, na kung hindi man ay mananatiling nakatago mula sa iyo, ay nabubunyag. Subukang tukuyin ang mga punto ng pagkabigo.

Pag-iba-ibahin ang mabuti at masamang tendensiya at hilig. Gamitin ang pagsusuri sa sarili upang maunawaan kung nasaan ka ngayon.

Ano ang gusto mong makamit, at anong mga balakid ang humahadlang sa iyo? Tukuyin ang uri ng iyong aktwal na trabaho

Alamin ang iyong layunin sa buhay. Sikaping taglayin ang lahat ng katangian ng isang tunay na personalidad.

At ang marangal, hindi natitinag ng mga hilig at pagnanasa, habang pinapanatili ang kanyang isipan na naaayon at naaayon sa Diyos

Mabilis, ligtas, at may kumpiyansa kang tatahakin ang landas patungo sa iyong ninanais na layunin

Ang pangunahing layunin ay ang hanapin ang landas patungo sa Diyos. Ngunit may mga tungkulin at responsibilidad.

Ang mga bagay na ito ay dapat maisakatuparan at matupad sa mundong ito. Ang paghahangad na may kasamang pagkukusa ay makakatulong sa atin.

Upang tukuyin ang mga pangakong iyon at tuparin ang mga ito nang lubusan

Ang kapangyarihan ng malikhaing inisyatibo

Ano ang inisyatiba? Ito ay isang malikhaing kakayahan sa loob ng isang tao: isang kislap mula sa lumikha

Ang kawalang-hanggan ay nagbibigay ng kakayahang lumikha ng isang bagay na hindi pa nalilikha ng iba, tulad ng pagbibigay nito

Ang motibasyon na gawin ang mga bagay sa bago at malikhaing paraan Ang mga nagawa ng isang taong may diwa

Ang inisyatibo ay maaaring maging kasingtalino at kahanga-hanga ng isang bulalakaw. At tila lumilikha ito ng isang bagay.

Mula sa wala, pinatutunayan nito na ang tila imposible ay talagang posible gamit ang

Ang tao ang pinakadakilang malikhaing puwersa ng espiritu

Ang diwa ng inisyatiba at inobasyon ay nagbibigay-daan sa isang tao na tumayo sa sarili nilang mga paa, malaya at nagsasarili;

Isa sa mga katangian ng tagumpay

Ang imahe ng Diyos ay nasa lahat

Maraming tao ang nagdadahilan sa sarili nilang mga pagkukulang habang walang humpay na kinokondena ang iba. Dapat nating baligtarin ito.

Ang posisyon ay ang hindi pansinin ang mga pagkakamali ng iba (na hindi naman nakakasama sa iba) at ilagay ang sarili nating mga kahinaan sa ilalim ng ating mga kahinaan.

Ang mikroskopyo

Minsan kailangang suriin ang iba, ngunit sa ganitong kaso, dapat itago ng isa sa sarili ang mga iniisip.

Malaya sa pagkiling at diskriminasyon Ang patas at walang kinikilingang pag-iisip ay parang salamin

Ang malinaw at nananatiling salamin, hindi natitinag ng padalus-dalos na pagkondena At lahat ng lumilitaw sa salamin na iyon

Ito ay lilitaw kung ano talaga ito, nang walang palamuti o pagbaluktot

Tingnan natin ang wangis ng Diyos sa bawat tao, anuman ang lahi o paniniwala. Malalaman natin ang tamis ng pag-ibig.

Ang sagrado ay kapag nararamdaman natin ang ating pagkakaisa sa sangkatauhan, hindi bago ang paglilingkod sa isa't isa

Nakakalimutan natin ang maliit na sarili (ang ego) at hinahawakan ang isang dakilang sarili na walang mga limitasyon o paghihigpit

Para sa kanya: Ang banal na espiritu na nagbubuklod sa lahat ng tao at nagbubuklod sa kanila

Kinokontrol ng mga gawi sa intelektwal ang buhay ng tao

Ang mga gawi ng tao ay may kapangyarihang mapabilis o maantala ang tagumpay. Hindi ito mga panandaliang inspirasyon o

Ang mga matingkad na ideya, o pang-araw-araw na gawi sa pag-iisip, ang siyang nagtatakda ng takbo ng ating buhay.

Ang mga gawi sa pag-iisip ay isang mental magnet na umaakit sa ilang uri ng mga bagay at tao sa atin.

At mga pangyayari, ang mabubuting gawi sa pag-iisip ay nagbibigay-daan sa atin upang makaakit ng mga kanais-nais at kapaki-pakinabang na mga pagkakataon, ngunit

Ang masasamang gawi sa pag-iisip ay naglalapit sa atin sa mga taong may makamundong ugali at hilig, at sa mga pangyayaring hindi

Inirerekomenda

Maaaring ma-neutralize ang masasamang gawi at ma-neutralize ang kanilang kapangyarihan sa pamamagitan ng pag-iwas sa anumang bagay na maaaring magdulot ng mga ito.

O kaya'y buhayin ito muli, nang hindi palaging nakatuon dito. Pagkatapos nito, ang isip ay dapat na nakadirekta patungo sa nakagawian.

Ang kabaitan at pagsisikap na patuloy itong paunlarin hanggang sa maging mahalagang bahagi ito ng ating buhay ay isang bagay na magagawa natin.

Magtiwala at umasa sa kanya

Sa loob natin ay may dalawang magkasalungat na puwersa sa isang walang humpay na pakikibaka: isang puwersang nagtutulak sa atin na gawin ang hindi natin dapat gawin.

Ginagawa natin ito, at iminumungkahi sa atin ng iba kung ano ang dapat nating gawin, mga bagay na tila mas

Kahirapan Ang unang tinig ay tinig ng kasamaan, habang ang pangalawang tinig ay tinig ng kabutihan o Diyos

Sa pamamagitan ng mahihirap na pang-araw-araw na mga aral na ating natututuhan, malinaw nating nakikita na ang masasamang gawi ay nagpapalusog sa isang puno

Walang katapusang materyal na mga pagnanasa, habang ang mabubuting gawi ay nagpapalusog sa puno ng mga pagnanasa

At matayog na espirituwal na mithiin. Ang mga pagsisikap ay dapat na higit na nakatuon sa wastong pag-unlad.

**Para sa pinagpalang espirituwal na puno, upang
balang araw ay anihin natin ang mga bunga ng ganap
na pagkilala sa sarili**

Gana

**Kung mapapalaya ng isang tao ang kanilang sarili
mula sa lahat ng uri ng masasamang gawi, at kung
magagawa nila ang lahat**

**Ang mabuti at marangal ay ang pagmamahal sa
pamamagitan ng kadakilaan at kabaitan, hindi dahil
ang kasamaan ay nagdudulot ng kalungkutan at
panghihinayang**

Siya ay lalago sa espiritu at susulong sa landas

**Magiging malaya ang isang tao kapag kusang-
loob at sa pamamagitan ng pagpili ay tinalikuran niya
ang kanyang masasamang gawi. Magiging malaya
lamang sila kapag**

**Siya ay nagiging isang dalubhasa, may
kakayahang magbigay ng utos sa kanyang mga
damdamin, kaisipan, at kagustuhan na gawin ang
kinakailangan**

**Ginawa niya ito, kahit na taliwas ito sa kanyang
kagustuhan Sa kapangyarihang iyon ng pagpipigil sa
sarili at pagpipigil sa sarili**

**Ang mga binhi ng walang hanggang kalayaan ay
nasa loob**

**Nabanggit ko na ang ilang mahahalagang
katangian ng tagumpay sa ngayon: positibong pag-
iisip, maagap na kalooban,**

**Saykoanalisis, inisyatiba, at pagpipigil sa sarili
Maraming aklat ang nagbibigay-diin sa isa o higit pa
sa mga ito**

**Higit pa sa mga katangiang ito, ngunit hindi nito
kinikilala ang banal na kapangyarihan sa likod ng mga
salik**

**Iyan ang tagumpay. Ang pagsunod sa banal na
kalooban ang pinakamahalagang elemento sa
pagkamit ng tagumpay.**

**Ang banal na kalooban ay ang puwersang
nagpapagalaw sa lupa at sa lahat ng bagay na narito,
at sa sansinukob at sa lahat ng bagay na narito. Ito
ang kalooban ng Diyos.**

**Ang Diyos ang nagtutulak sa mga bituin sa
kalawakan, at ang Kanyang kalooban ang naglalagay
sa mga planeta sa kanilang mga landas.**

**At ang mga siklo ng kapanganakan, paglago, at
pagkabulok ay namamahala sa lahat ng anyo ng
buhay. Purihin ang Diyos, at purihin ang Kanyang
kalooban. Ang matalino at may alam sa lahat**

**Sumainyo nawa ang kapayapaan, awa at mga
pagpapala ng Diyos**

espirituwal na kaligayahan

Ang aktwal na karanasan ng espirituwal na kaligayahan
Pinagkalooban tayo ng Diyos ng kapangyarihan ng
espirituwal na inspirasyon: ang kakayahang maranasan ang
kagalakan ng Kanyang presensya sa loob natin. Ngunit ang
masasamang puwersa ng pag-iral ay nakaisip ng iba't ibang
anyo ng mali at mapanlinlang na imitasyon. Ang
pansamantalang euforia ng alkohol at droga ay isang pekeng

karanasan ng tunay na espirituwal. Ang paggamit ng alkohol at droga ay kadalasang humahantong sa pagpapakasasa sa mga sekswal na gawain na pumipigil sa pagkamit ng espirituwal na inspirasyon sa pamamagitan ng paghihigpit sa .isip gamit ang matinding pisikal na kamalayan

Maraming tao ang umiinom ng alak upang mawala ang mga alalahanin at burahin ang masasakit at nakakabagabag na mga alaala. Ngunit ang ganitong uri ng pagkalimot ay nag-aalis sa isang tao ng kanilang likas na espirituwal na karunungan—oo, ninakawan nito sila ng mismong lakas na tumutulong sa kanila na malampasan ang kanilang mga .problema at makahanap ng pangmatagalang kaligayahan

Ang Diyos ang pinagmumulan ng kagalakan at kaligayahan, at nais Niyang hanapin natin ang Kanyang patuloy na nagbabagong kaligayahan at matagpuan ito sa .ating sarili

Mayroong isang mapanlinlang at mala-satanas na puwersang kosmiko – si Satanas, si Iblis, ang Antikristo, o ang Antikristo – na walang humpay na sinusubukang pakialaman ang lahat ng magaganda at kahanga-hangang .mga manipestasyon at konsepto sa sansinukob na ito Sa buong paglikha, nakikita natin ang dalawahang puwersa ng mabuti at masama na nagtutunggalian at nagkakasalungatan: Nilikha ng Diyos ang pag-ibig, at ang puwersa ng demonyo ay lumikha ng poot. Nilikha ng Diyos ang kabaitan at pagkabukas-palad, at ang puwersa ng demonyo ay lumikha ng pagkamakasarili at pagmamahal sa sarili. Nilikha ng Diyos ang kapayapaan at pagkakasundo, at ang puwersa ng demonyo ay lumikha ng alitan at .tunggalian

Dahil alam ito, dapat maunawaan ng naghahanap na ang alkohol at droga ay lubhang nakakapinsala sa kanyang kaligayahan dahil natatakpan nito ang tunay na espirituwal na kagalakan at nakakasira sa mga selula ng utak, na negatibong nakakaapekto sa kanyang katalinuhan at pag-

unawa. Kahit ang isang dosis lamang ng paggamit ng alkohol o droga ay maaaring humantong sa pagkagumon, lalo na kung mayroong predisposisyon sa mga mapaminsalang sangkap na ito mula sa mga nakaraang buhay. Dapat iwasan ang masasamang bagay dahil ang mga .ito ay masama

Kapag naranasan mo ang tunay na espirituwal na kaligayahan, matutuklasan mo na walang ibang karanasan ang makakapantay. Dapat laging sikapin ng mga magulang na magtanim ng espirituwal na kamalayan sa kanilang mga anak sa pamamagitan ng pagtuturo sa kanila ng meditasyon at malay na pag-unawa, upang hindi sila madala sa tukso ng .paglalaro sa apoy ng mapanlinlang at maling kasiyahan Ang tunay na kaligayahan ay walang hanggan, ngunit ang mga kasiyahang dulot ng alkohol at droga ay panandalian lamang at nag-iiwan lamang ng panghihinayang .at mapaminsalang damdamin

Tuwing gabi, habang tayo ay payapa at mahimbing na natutulog, nararanasan natin ang lasa ng kapayapaan at kagalakan. Kapag tayo ay nakatulog nang mahimbing, pinahihintulutan tayo ng Diyos na mamuhay sa isang dakila at tahimik na estado ng kamalayan, kung saan nalilimutan natin ang lahat ng alalahanin at pagkabalisa sa mundong ito. Sa meditasyon, mararanasan natin ang pinagpalang estado ng pag-iisip na ito kahit na tayo ay gising, at malalasap ang .kapayapaan sa ibang antas

Kapag bumababa ang banal na kagalakan, ang aking paghinga ay nagiging kalmado, at ang aking espiritu ay pumailanlang, nararanasan ang kaligayahan ng isang libong tulog nang sabay-sabay, ngunit hindi ko nawawala ang aking mga ordinaryong pandama. Ang kosmikong karanasang ito ay nakalaan para sa mga taong malalim na sumasaliksik sa .pagkamit ng pinakamataas na estado ng kamalayan Kapag ang iyong pagkatao ay napupuno ng labis na kaligayahan ng Diyos, ang katawan ay nagiging ganap na

tahimik, ang hininga ay humihinto sa pag-agos, ang mga iniisip ay nagiging kalmado, at unti-unting naglalaho.

Nararamdaman ng nagmumuni-muni ang katotohanan ng kanyang kaluluwa at ang kanyang pagiging malapit sa Lumikha, kaya't umiinom siya mula sa banal na kaligayahan at nalalasap ang kaligayahan ng kagalakan na hindi kayang .ibigay ng isang libong dosis ng alak

Ang karaniwang tao ay nakakaramdam ng antok sa hangganan sa pagitan ng pagiging gising at pagtulog, na nakakaranas ng panandaliang pakiramdam ng kagalingan, ngunit ang pakiramdam na ito ay mabilis na nawawala habang sila ay nahuhulog sa mahimbing na pagtulog. Ang pagtulog ay hindi isang ganap na pagkawala ng malay dahil, habang gising, alam mo kung ang iyong pagtulog ay .mapayapa o hindi

Maraming kalagayan ng pagtulog—may magaan, may malalim Ngunit ang mga espirituwal na karanasan ng isang tao kasama ang Diyos sa isang malay na kalagayan ay mas nakasisilaw at nakagiginhawa kaysa sa pinakamalaking kaligayahan ng pagtulog o pagkaidlip (ang antok o pagtulog .na nauuna sa pagtulog)

Sa kabila ng mga misteryo at hiwaga ng pagtulog ay naroon ang mga sagradong kagalakang ito Maaari akong manatili sa anumang estado na naisin ko. Madalas akong nananatili sa pagitan ng mundo ng pagtulog at ng kamalayan sa mundo: sa isang kahanga-hangang .estado

Ang isip ng tao ay may malawak at walang limitasyong saklaw, ngunit kadalasan ay hindi ito namamalayan ng isa. Maaari akong makaranas ng dalawang estado nang sabay-sabay: mahimbing na pagtulog at ganap na paggising. O maaari akong matulog, managinip, at marinig ang lahat ng .nangyayari sa aking paligid nang sabay-sabay

Minsan natutulog ako na parang isang ordinaryong tao. Natutulog din ako at naobserbahan ang aking sarili na may

ganap na kamalayan. Sa mas mataas na estado, ang iyong katawan at isip ay natutulog, ngunit ikaw ay lubos na may kamalayan sa lahat ng nangyayari. Posible lamang ito sa pamamagitan ng paglinang ng kakayahang may malay at sadyang pumasok sa mas mataas na estado ng kamalayan at may malay at sadyang bumalik sa normal na estado ng .pagiging gising

Hindi kailangang matakot na iwan ang katawan nang walang posibilidad na makabalik sa pamamagitan ng meditasyon, panloob na kapayapaan, o imahinasyon. Ang ideyang ito, na itinataguyod ng ilan, ay walang batayan. Ang pagkapit sa katawan ay napakalakas kaya hindi madaling takasan ito. Kahit na ang malay na kamalayan ay maglaho, hindi posible na ganap na iwan ang katawan hangga't ang .subconscious mind ay nananatiling konektado dito

Kung masyadong malalim mong mailarawan ang isang bagay sa iyong isipan, ang bagay na iyon ay magiging isang halusinasyon, walang anumang subhetibong realidad. Ang pagkakaiba sa pagitan ng imahinasyon at kaalaman sa sarili ay dapat maunawaan. Ang mahalagang patunay ng banal na kaalaman sa sarili—ng kamalayan ng Diyos sa loob mo—ay .ang maging tunay at walang kondisyong masaya

Kung nakakaranas ka ng patuloy at patuloy na kagalakan sa pagmumuni-muni, alamin mong nararanasan mo ang presensya ng Diyos sa iyong kaluluwa.

Gayunpaman, kung mayroong paghinto o pagkaantala sa daloy ng sagradong kaligayahan, ito ay katibayan ng isang dayuhang elemento sa iyong kamalayan na dapat alisin .upang maibalik ang panloob na kagalakan

Ang gurong espirituwal, na tunay na nakakakilala sa Diyos, ay may iisang hangarin: ang magbigay ng espirituwal na patnubay sa mga naghahanap nito, hinihikayat silang isipin ang Diyos at mapalapit sa Kanya sa puso, kaluluwa, isip, at gawa. Lahat ng sumasalamin sa Kanya ay tumatanggap ng mga pagpapala ng Diyos sa pamamagitan

niya, sapagkat siya ay isa lamang mapagpakumbabang
.instrumento sa mga kamay ng Diyos na Makapangyarihan
Hindi maaaring makasama ng isang tao ang Diyos sa
pamamagitan lamang ng pag-aakalang nakamit na niya ang
espirituwal na kaliwanagan. Ang pagpapabuti ng sarili at
pagpipino ng moralidad ay mahahalagang kinakailangan
para maabot ang mas matataas na kalagayan. Malaki ang
pagkakaiba sa pagitan ng pagkilala sa Diyos sa posibleng
paraan at pagkilala sa Kanya sa tunay na paraan. Sa
pamamagitan lamang ng kapakumbabaan, karunungan,
katapatan, mabuting pagkatao, at taos-pusong pananabik
makikilala ng isang tao ang Diyos. Ang mga
mapagpakumbaba ang nakakakilala sa Diyos at kinikilala ng
.Diyos

Yaong mga malalim na sumasaliksik sa kosmikong
kamalayan ay natural na nagkakaroon ng mga pambihirang
espirituwal na kakayahan at kontrol sa mga likas na
puwersa. Gayunpaman, walang sinuman na nakakamit ng
tunay na banal na kamalayan ang gumagamit ng kanilang
mga kapangyarihan para sa pagmamalaki at pagpapasikat,
.nang walang karunungan o kahinahunan
Nauunawaan ng matatalinong tao na ang Diyos lamang
ang nag-iisang nilalang na umiiral. At mapagpakumbaba
nilang iniuugnay sa Kanya ang mga pambihirang biyayang
.ipinagkaloob Niya sa kanila

Hindi ba't ang lahat ng bagay na umiiral ay isang
himala? At hindi ba't ang tao, dahil lamang sa kanyang pag-
?iral, ay isa ring himala

Kung ang mga tao ay hindi nasisiyahan sa lahat ng mga
kababalaghang nilikha ng Diyos, bakit pa kailangang
?gumawa ng mas maraming himala ang mga santo
Ang mga matuwid na banal ng Diyos ay hindi
gumagawa ng anuman maliban kung uutusan sila ng Diyos
na gawin ito, at kung minsan ay sa mga kadahilanang
.malabo at mahirap maunawaan

Ilalarawan ko sa pamamagitan ng isang halimbawa kung
paano naiiba ang mas mataas na kamalayan mula sa hindi
malay na kamalayan

Ang mas mataas na kamalayan ay ang estado kung
saan maaari kang – habang gising at natutulog at ganap na
may malay – magdulot ng anumang sensasyon sa katawan
sa pamamagitan ng kalooban at walang anumang panlabas
.na pampasigla

Sa larangan ng walang malay na imahinasyon (ang
mundo ng panaginip), maaari kang uminom ng isang tasa ng
mainit na gatas, ngunit ang karanasang ito ay ipinapataw sa
iyo. Sa mas mataas na kamalayan, maaari mong maranasan
ang parehong bagay, o anumang bagay, sa pamamagitan ng
.malay na kalooban

Maliban kung kaya ng isang tao, hindi niya dapat
linlangin ang sarili sa pag-aakalang naabot na niya ang
pinakamataas na antas ng kamalayan. Ang landas ay
maaaring mukhang mahaba, ngunit ang paglalakbay na
isang libong milya ay nagsisimula sa isang hakbang lamang.
At hangga't nananatiling optimistiko, walang hadlang ang
.makakapigil sa pagkamit ng ninanais na layunin
Milyun-milyong tao ang nabibighani sa mga kamangha-
manghang isipang subconscious na nabubunyag habang
natutulog. Ngunit sa isang mas mataas na estado, makikita o
malalaman mo ang iyong ninanais, hindi sa pamamagitan ng
imahinasyon, kundi sa pamamagitan ng realidad. Maaari
akong umupo sa upuang ito at ilipat ang aking isip sa
anumang lugar at makita kung ano mismo ang nangyayari
.doon

Minsan ang mga disipulo ay nabubuhay sa
subconscious, at kung minsan ay umaakyat sila sa mas
mataas na kamalayan. At may piling iilan na kayang
malampasan ang mas mataas na kamalayan at makamit ang
kosmikong kamalayan: ang kaharian ng banal na espiritu, na
.walang pinagmulan o sanhi

Sa isang estado ng purong espirituwal na kamalayan,
ang naghahanap ay hindi nangangailangan ng paunang
imahinasyon upang maranasan ang mga bagay-bagay.
Kapag sila ay sumasama sa kosmikong kamalayan, ang
kanilang kamalayan ay lumalawak at sumasama sa bawat
atomo ng pag-iral, nagiging may malay na kamalayan sa
buong sansinukob at lahat ng nilalang. Ang karanasang ito
ay isang walang katapusang pagpapalawig ng kamalayan.
Ang mga nakakaranas ng kamalayang ito ay nakakaramdam
ng presensya sa mga hibla ng damo at sa mga tuktok ng
bundok, gayundin sa bawat selula ng kanilang katawan at
.bawat atomo sa kalawakan
Ngunit ang kosmikong kamalayan ay lampas din doon
Kapag nararamdaman ng isang tao ang kanyang
presensya sa lahat ng aspeto ng buhay
Alam din ng kagalakan kung ano ang nasa kabila ng
pag-iral
Ito ay nagkakaisa sa sumasaklaw sa lahat ng banal na
.kamalayan. Sumainyo ang kapayapaan

Pananaw

**Ang pananaw ay ang paraan kung paano natin
maunawaan ang mundo ng mga Anyo, na hindi
nauunawaan ng limang pandama o ng talino. Totoo na
ang mundo ng mga Anyo ay lumilitaw sa at sa
pamamagitan ng mundo ng pandama, at totoo na ang
pag-alam sa huli ay nangangahulugan ng pag-alam sa
una, ngunit may pagkakaiba sa kung paano nakikilala
ang dalawa.**

**Matutukoy ba talaga natin ang mundo ng
pandama sa lahat ng dimensyon nito sa pamamagitan
lamang ng pandama na persepsyon o pag-iisip? Tiyak**

na hindi. May mga walang katapusang katotohanan, penomeno, batas, at ugnayan, kapwa sa kalikasan at sa loob ng ating sariling mga katawan, na nananatiling mga selyadong aklat at mga nakatagong lihim para sa sangkatauhan. Kaya paano natin mauunawaan ang mga espirituwal na kaharian na lampas sa lahat ng mga kaisipan at pandama na persepsyon?

Ang pananaw ay nagmumula at gumagana mula sa loob ng kaluluwa, habang ang pag-iisip ay nagmumula sa wala. Ang pananaw ay nagpapahintulot sa atin na harapin ang katotohanan, habang ang pag-iisip ay nagbibigay sa atin ng hindi direktang imahe nito.

Nakikita ng kaunawaan ang katotohanan bilang isang ganap na kabuuan dahil sa kakaiba at kahanga-hangang koneksyon (sa pagitan nito at ng katotohanan), habang ang isip ay gumagana upang hatiin at hatiin ang katotohanan.

Ang bawat tao'y nagtataglay ng kapangyarihan ng pananaw, tulad ng kanilang katalinuhan. At kung paanong ang pag-iisip ay maaaring sanayin at pinuhin, gayundin ang pananaw ay maaaring malinang at mapaunlad. Sa pananaw, tayo ay lubos na naaayon sa katotohanan. Ang mundo ng kaligayahan , na may pagkakaisa sa bilang) at sa mga panloob na batas na namamahala sa espirituwal na mundo, at tayo rin ay naaayon sa Diyos

Paano natin natitiyak ang ating pag-iral? Sa pamamagitan ba ito ng mga pandama? Ipinapaalam ba sa atin ng ating mga pandama ang ating pag-iral at ipinapakita ang pinagmumulan ng ating kamalayan sa pag-iral? Siyempre hindi. Ang pakiramdam ng pag-iral ay hindi nakadepende sa mga pandama, na hindi maaaring magkaroon ng malay na kamalayan sa

anumang bagay nang hindi natin unang nauunawaan na tayo ay bahagi ng proseso ng mismong pandama.

Sinasabi ba sa atin ng pandama at proseso ng pag-iisip na tayo ay umiiral? Tiyak na hindi, dahil ang datos ng isip ay binubuo ng mga pandama na impresyon at ang mga ito - kung tutuusin - ay hindi kayang patunayan sa atin na tayo ay umiiral.

Ang kilos ng pag-iisip ay hindi makapagbibigay sa atin ng kamalayan sa pag-iral dahil ang pag-iral ay likas sa mismong proseso ng pag-iisip. Kapag inihambing natin ang ating sarili sa panlabas na mundo at tinangka nating mangatwiran o hinuha na tayo ay umiiral, ang kamalayan sa pag-iral ay naroroon sa loob mismo ng kilos ng pag-iisip at pangangatwiran. Dahil sa mga limitasyon ng pag-iisip at kakulangan ng mga pandama, paano natin malalaman na tayo ay umiiral? Ang sagot ay nakasalalay lamang sa pananaw ng kaluluwa. Ang kaalamang ito ay isang manipestasyon ng intuwisyon. Lumalampas ito sa katwiran at mga pandama, na walang pag-iral kung walang pananaw.

Mahirap bigyang-kahulugan ang kaunawaan dahil napakalapit nito sa ating lahat. Nararamdaman ito ng bawat isa sa atin. Hindi ba natin alam kung ano ang kamalayang eksistensyal? Ito ay pamilyar na mahirap bigyang-kahulugan. Kung tatanungin mo ang isang tao kung paano nila nalaman na sila ay umiiral, hindi nila masasagot. Alam nila, ngunit hindi nila ito mabigyang-kahulugan. Maaari nilang subukang ipaliwanag at ipahayag ito, ngunit hindi maipahayag ng kanilang mga salita ang kanilang nararamdaman sa loob nila. Taglay ng kaunawaan ang kakayahang ito sa lahat ng anyo at manipestasyon nito.

Ang pang-apat na pamamaraan, na ipinaliwanag sa ibang lugar, ay batay sa kaunawaan. Habang mas

binibigyan natin ito ng pansin, mas makikilala natin ang Diyos.

Sa pamamagitan ng pananaw, nakikilala ng isang tao ang Diyos, at nabubuo ang koneksyon sa pagitan ng mga mundong pandama at mga ideal. Ang huli ay nararanasan sa at sa pamamagitan ng mundong pandama. Pagkatapos, ang impluwensya ng mga pandama ay kumukupas, ang mga nakakagambalang kaisipan ay nawawala, at nakikilala natin ang Diyos—ang pinagmumulan ng kaligayahan—at sa loob natin ay sumisikat ang isang kamalayan sa Isa at Lahat sa Isa. Ito ang pananaw na taglay ng mga propeta, dakilang tao, at pantas ng mundo.

Ang ikatlong pamamaraan, o ang kontemplatibong pamamaraan na inilarawan kanina, ay nagdadala rin sa atin sa mundo ng kaunawaan kapag ito ay ating isinasagawa nang masigasig at aktibo, ngunit ito ay isang hindi direktang pamamaraan at nangangailangan ng mas maraming oras upang malikha sa atin ang nangyayari sa pamamagitan ng direktang kaunawaan o kaalaman.

Samakatuwid, sa pamamagitan ng kaunawaan, makikilala natin ang Diyos sa lahat ng Kanyang mga pagpapakita. Ang ating mga pandama ay walang kakayahang ihayag Siya sa atin, sapagkat nakikita lamang nila ang Kanyang mga panlabas na anyo. Walang talino o pangangatwiran ang tunay na makakakilala sa Diyos, sapagkat ang talino ay hindi maaaring lumampas sa impormasyon at datos ng mga pandama. Maaari lamang nitong isaayos at bigyang-kahulugan ang mga impresyong pandama.

Kapag nabigo ang mga pandama na ilapit tayo sa Diyos, nabibigo rin ang talino dahil umaasa ito sa mga ito. Kaya, dapat tayong bumaling sa panloob na paningin upang ihayag ang Diyos sa Kanyang

pinagpalang anyo at sa Kanyang iba pang mga pagpapakita.

Gayunpaman, may ilang mga balakid sa intuwisyon na ito, tulad ng sakit, kahinaan sa pag-iisip, pagdududa, katamaran, materyal na mga ambisyon, mga lihis na kaisipan, at kawalang-tatag. Ang mga balakid na ito ay minana o nakukuha sa pamamagitan ng pakikisalamuha sa iba. Ang ating minanang mga hilig sa mga mapaminsala at hindi malusog na mga bagay ay maaaring malampasan sa pamamagitan ng matinding pagsisikap sa pag-iisip, tulad ng ating pagtagumpayan sa pagkabigo at pagkabigo sa pamamagitan ng paghahangad. Sa pamamagitan ng tamang pagsisikap at pakikisama sa mabubuting tao—mga taong deboto sa Diyos—maaari nating bunutin ang masasamang gawi mula sa hardin ng kaluluwa at magtanim ng mabubuti sa kanilang lugar.

Maliban kung sasamahan natin ang mga nakakita, nakahawak, at nakaunawa sa katotohanan sa kanilang buhay, maaaring hindi natin malaman kung ano ang katotohanang iyon.

Ang diwa ng pagsisiyasat ay likas sa bawat isa, at bawat tao sa mundong ito ay naghahanap ng katotohanan, na siyang kanyang walang hanggang pamana, at patuloy niya itong hinahanap, matalino man o kamangmangan, hanggang sa matagpuan niya ito at lubusang mabawi.

Hindi pa huli ang lahat. Ang mga nagsusumikap ay magtatagumpay, at ang mga nagtitiyaga ay makakarating sa kanilang patutunguhan!

Ang di-nakikitang tao

Guro Paramhansa Yogananda

Ang mismong ideya ng mga tao bilang mga nilalang na hindi nakikita ng hubad na mata ay tila

hindi natural at hindi makatwiran. Nakikita natin ang ating mga sarili araw-araw bilang mga pisikal na nilalang. Ngunit maraming paraan kung paano natin ipinapakita ang ating nakatago at mahalagang kalikasan.

Halimbawa, kung ipipikit mo ang iyong mga mata, ang iyong katawan ay magiging hindi mo nakikita Kaya paano mo malalaman na ikaw ay umiiral? Nararamdaman mo ang bigat ng iyong katawan, at naririnig, naaamoy, nalalasaan, at nararamdaman mo, ngunit ikaw lamang talaga ang iyong sarili sa iniisip at nararamdaman Ikaw ay isang nakatagong kaibuturan kung saan umiikot ang maraming kaisipan Ngayon, idilat mo ang iyong mga mata Ang tanong ay: ikaw ba ang anyong nakikita mo, o ang panloob na pagkatao na naramdaman mo kani-kanina lamang nang nakapikit ang iyong mga mata?

Ang nakikitang tao ay hindi gaanong mahalaga. Ang nakatagong sarili, o kaluluwa, ang tunay na mahalaga. Habang natutulog, hindi mo namamalayan ang nakikitang tao, ngunit namamalayan mo ang iyong sarili dahil sa paggising mo alam mo kung ang iyong pagtulog ay mapayapa at mapayapa o hindi. Samakatuwid, ang iyong nakatagong sarili ay totoo. Kung wala ang di-nakikitang sarili na ito, ang iyong nakikitang imahe ay walang kahulugan o kabuluhan.

Kung wala ang nakatagong sarili, ang katawan ay magiging walang halaga, tulad ng isang walang buhay na bangkay o isang matigas na bangkay

Ang nakatagong panloob na sarili ang siyang tunay. Ngunit, kakaiba, hindi sinusubukan ng mga tao na suriin ang kalikasan ng nakatagong sarili na ito! Ang kanilang atensyon ay nakatuon nang lubusan sa pisikal na anyo, na madali nilang mahahawakan at makikita. Kaya naman, ginugugol nila ang kanilang

mga araw at gabi sa pag-aalaga sa kanilang pisikal na katawan at mga pangangailangan nito, hindi kailanman tumitigil upang isaalang-alang na ang hindi nakikitang panloob na sarili ang siyang tunay na katotohanan.

Sa loob ng pisikal na katawan ay naroon ang isang katawan ng liwanag na may parehong wangis. Bagama't hindi nakikita ng paningin ng tao, ito ang planetary o ethereal na balot ng kaluluwa.

Ang mga taong naputol ang daliri ay pakiramdam na parang naroon pa rin ito. Sinumang nawalan ng paa ay alam ang sensasyong ito. Mayroong nakatago, mala-langit na katumbas o katapat sa bawat organo sa katawan. Sa likod ng pisikal na puso ay naroon ang isang nakatagong puso, na kung wala ito ay hindi makakayanan ng nakikitang puso. Ang mga tao ay nagtataglay ng mga hindi nakikitang organo ng paningin, pandinig, utak, buto, at nerbiyos. Ang mga organong ito, na siyang mga tisyu ng liwanag at aktibidad, ay bumubuo sa hindi nakikitang planetaryong katawan ng tao. Ang planetaryo o mala-langit na katawan ay eksaktong katulad ng nakikitang pisikal na katawan. Ang pagkakaiba ay ang maliwanag at mahalagang anyo nito ay lubhang banayad.

Kapag ang katawan ay may kapansanan, hindi dapat kumbinsihin ang sarili na wala na ang paningin o nawalan ng kamay. Ang mga hindi nakikitang mata at kamay ay naroon pa rin. Bagama't maaaring paralisado ang pisikal na braso, ang hindi nakikitang braso ay hindi naman may kapansanan. Huwag kailanman maniwala na ang mga hindi nakikitang organo ay apektado sa anumang paraan ng sakit ng mga pisikal na organo, dahil ang mga negatibong kaisipan ay pipigil sa daloy ng malay na mahalagang

enerhiya patungo sa mga organo ng pisikal na katawan.

Ang kuryente ay dumadaloy sa alambre. Alin ang mas mahalaga: ang alambre o ang kuryente? Ang alambre ay umiiral lamang upang pahintulutan ang kuryente na dumaan dito. Ang pagkakaroon ng kuryente ay hindi nakasalalay sa alambre. Gayundin, ang katawan ay umiiral upang gamitin ng hindi nakikitang nilalang, ang kaluluwa, at hindi ang kabaligtaran.

Sa kasamaang palad, ang nakatagong sarili na ito ay nakatali sa katawan! Kung hindi, maaari tayong maglakad sa tubig, lumipad sa kalawakan, at bumalik sa katawan.

Ang ethereal na katawan ng natatakpong sarili ay nagtataglay ng mga pandama na mas malawak kaysa sa pisikal na katapat nito. Ang mga tao ay lumikha ng mga makina na, sa ilang mga kaso, ay higit na nakahihigit sa pisikal na katawan, na limitado ng maraming mga limitasyon. Ngunit habang umuunlad ang iyong kamalayan sa ethereal na katawan, matutuklasan mo na naririnig nito ang hindi naririnig ng tainga at nakikita ang hindi nakikita ng mata. Maaari rin itong maamoy, matikman, at mahipo ang mga bagay na higit pa sa saklaw ng mga pisikal na pandama.

Ang mga tao ay palaging nag-aalala at interesado sa lampara ng pisikal na katawan nang hindi nila kailanman naisip na hanapin ang lihim na kuryente na nag-iilaw sa lamparang iyon.

Ang nakikitang tao ay binubuo ng labing-anim na elemento: mga kemikal na mabibili sa merkado! Ang pisikal na katawan ay walang gaanong halaga sa mga bumubuo rito. Panahon na para linangin ng sangkatauhan ang mas mahusay na pag-unawa sa di-

nakikitang tao. Ang nakatagong taong ito ang siyang nagtataglay ng mga kakayahan, kaisipan, at kasama, ang siyang nagmamahal at nag-iisip, at kung wala siya, ang pisikal na katawan ay walang taglay kundi ang mga kemikal na elemento kung saan ito binubuo.

Ang atensyon ng isip ay dapat na nakatutok papasok, palayo sa bihag at nakikitang tao.

Ang pisikal na katawan ay dumaranas ng sakit sa likod at mga pananakit, at lumalala at nabubulok din sa pagtanda. Ito ay patuloy na umiiyak, dumadaing, at nananabik para dito o doon.

Ang nakikitang tao ay hindi kayang tiisin ang isang marahas at nakakadurog ng buto na pagbagsak, at kung minsan ay lumiliit dahil lamang sa pagtusok ng isang maliit na tusok.

Ang di-nakikitang tao ay ligtas. Siya ay malaya at walang pigil. Kaya niyang alisin ang lahat ng problema at abala ng pisikal na katawan.

Ang nakatagong pagkatao sa loob natin ay ang ating tunay na sarili

Ang kaluluwa ang siyang nasa likod ng mga atomo ng katawan, na hindi nagbabago, hindi nagbabago, at hindi kailanman napapailalim sa pagbabago-bago o pagkalipol.

Maaaring isipin ng isang tao na sila ang katawan, ngunit hindi sila. Ang isang piraso ng yelo ay maaaring matunaw at mawala sa paningin sa pamamagitan ng pagsingaw. Ang prosesong ito ay maaaring baligtarin sa pamamagitan ng pagpapakalat ng singaw sa isang likido at pagkatapos ay pagyeyelo ng likido pabalik sa isang solidong anyo.

Ang pamumuhay nang may kamalayan lamang sa pisikal na katawan ay nakapipinsala sa espirituwal dahil ang katawan ay madaling kapitan ng mga sakit ng sakit, pinsala, gutom, at kamatayan. Hindi natin

dapat kumbinsihin ang ating sarili na tayo ay isa lamang nakikitang katawang ito, na madaling mabulok at masira.

Ang nakatagong pagkatao sa loob natin ay hindi maaaring patayin o saktan. Hindi ba dapat tayong magsumikap na maunawaan ang ating hindi alam at walang hanggang kalikasan?

Sa pamamagitan ng pagpapalawak ng ating kaalaman tungkol sa nakatagong sarili, makontrol natin ang nakikitang tao, tulad ng ginagawa ng mga dakilang guro. Ang mga nakakaramdam ng kanilang sagradong kapangyarihan at nakakaramdam ng presensya ng nakatago at panloob na sarili ay maaaring humiwalay sa kanilang sarili mula sa pisikal na pagdurusa, kahit na ang nakikitang tao ay nasa pagkabalisa at panganib.

Ano ang landas tungo sa pagkamit ng soberanya na iyan?

Dapat gumugol ng mas maraming oras sa katahimikan ng pagmumuni-muni at kapayapaan. Maaaring mukhang hindi kanais-nais ito sa una, dahil ang pamumuhay nang may malay na kamalayan sa katawan at labis na pagkilala sa mga sensasyon nito ay nagpapahirap sa pag-iisip ng anuman maliban sa walang katapusang mga problema, hangarin, at pangangailangan ng isang tao. Ngunit isang bagong dimensyon ang magbubukas sa kamalayan ng tao kapag pinagtitibay ng isang tao ang kanilang espirituwal na pagkakakilanlan at kinukumbinsi ang kanilang sarili na sila ay tunay ngang nilikha sa dalisay na wangis ng Diyos, na ang kanilang buhay ay hindi maaaring masira sa anumang paraan, at na sila ang nakatago at walang hanggang nilalang.

Ang di-nakikitang tao ay hinubog sa wangis ng Diyos, malaya gaya ng banal na espiritu. Sa

nakikitang tao nakasalalay ang lahat ng mga hadlang at problema ng mundo. Sa sandaling mamulat tayo sa ating mga katawan, tayo ay nakatali sa kanilang mga limitasyon. Kaya naman itinuturo sa atin ng mga dakila na ipikit ang ating mga mata at ipaalala sa ating sarili—sa pamamagitan ng pagmumuni-muni sa nakatagong sarili—na hindi tayo nakatali sa limitadong pisikal na kakayahan ng katawan.

Madalas kong pinagtitibay nang may malaking pananampalataya at paniniwala, "Hindi ako nakatali sa aking pisikal na katawan. Saanman ako magpunta, naroon ako agad."

Maaari mong sabihin, "Isang ideya lang iyan." Sige, pero ano ang isang ideya? Lahat ng nakikita mo sa paligid mo ay isang konkretong ideya. Hindi mo maiisip ang anumang bagay nang walang pag-iisip. Ang pag-iisip mismo ay hindi nakikita, ngunit ginagawa nitong totoo ang lahat ng nakikita natin. Kaya, kung makokontrol mo ang iyong mga iniisip, magagawa mong makita ang lahat, at makikita mo ang lahat sa pamamagitan ng kapangyarihan ng iyong pokus sa pag-iisip.

Kapag itinuon mo nang masinsinan at malalim ang iyong isipan, makikita mo gamit ang iyong mata ang iyong iniisip, na parang nakikita mo ito gamit ang iyong pisikal na mga mata. Ang mga hindi nakikitang kaisipan ay maaaring mabago sa mga nakikitang karanasan.

Kung ipipikit mo ang iyong mga mata, hindi mo makikita ang iyong katawan, ngunit nananatili itong totoo para sa iyo. Kaya bakit mo iniisip na ang nakatagong sarili ay hindi totoo dahil lamang sa hindi mo ito makita?

Sa pagmumuni-muni, tinititigan mo ang kadiliman sa likod ng mga nakapikit na mata at itinutuon ang iyong isip sa nakatagong sarili o kaluluwa sa loob mo.

Sa pamamagitan ng pagsasanay ng disiplina sa sarili at pag-iisip papasok ayon sa mga siyentipikong pamamaraan ng meditasyon na ibinigay ng iyong espirituwal na gabay, unti-unti kang lalago sa espirituwal. Ang iyong mga meditasyon ay magiging mas malalim, at ang iyong hindi nakikitang sarili—ang espirituwal na imahe ng Diyos sa loob mo—ay magiging totoo sa iyo. Sa maligayang paggising na ito ng kaalaman sa sarili, ang limitadong pisikal na kamalayan na dating totoong-totoo ay nagiging hindi makatotohanan, at matututunan mo na natuklasan mo na ang iyong tunay at di-magapi na sarili at natanto ang pagiging isa nito sa Diyos.

Mapagtatanto mo rin kung paano ang di-nakikitang tao ay nakagapos sa pisikal na katawan sa pamamagitan ng mga pagkakabit na mga tali ng isip at emosyon at mga pagnanasa para sa mga partikular na bagay sa antas ng lupa.

Ngunit kapag, sa pamamagitan ng malalim na pagmumuni-muni, ay makalagan o maputol mo ang mga tanikala na iyon, ikaw ay mapapalaya at malalaman mo na ikaw ang larawan ng Diyos. Hanapin ang di-nakikitang tao na nakakulong sa kagubatan ng pisikal at materyal na mga sensasyon.

Kung nakilala mo lang ang di-nakikitang taong iyon kahit minsan lang, matatanto mo na ang pisikal na katawan ay ang kanyang panlabas na balat, at mayroon siyang makinang na katawan at mayroon ding panloob na intelektuwal na katawan, at matatanto mo rin kung gaano ka kakaiba ang iyong pagkatao!

Ituon ang iyong mga iniisip sa di-nakikitang sarili. Ang nakikitang tao ay isang ilusyon at isang panlilinlang. Ang panloob o di-nakikitang sarili ang siyang tunay. Kapag napagtanto mo ito, malalaman mo na hindi ka laman at dugo, kundi ang nakatagong sarili na hindi maaabot ng pagkabulok at pagkawasak.

Ikaw ay isang kaluluwa, at ang kaluluwa ay hindi namamatay! Huwag mong isipin na ang libingan ang iyong katapusan. Kapag ang pisikal na katawan ay namatay, ang kaluluwa ay lilipat sa ibang antas ng pag-iral. Walang tunay na nasisira. Ang orihinal na anyo ng katawan ay palaging naroroon sa eter.

Pakiramdam ng mga tao ay tuluyan nang wala ang kanilang mga mahal sa buhay na yumao dahil kulang sila sa pokus ng kanilang isipan upang makita sila sa kanilang malinaw na anyo sa kalangitan kung saan sila naninirahan. Palaging pagnilayan ang mga katotohanang ito, at ulitin sa iyong sarili—kung interesado ka sa mga bagay na ito—"Ako ang maliwanag na disenyo ng Diyos. Ako ay walang hanggan at palaging gumagala sa kaharian ng Diyos."

Ikaw ang nakatagong nilalang na hindi kayang hawakan ng kamatayan at hindi kayang maapektuhan ng kasawian, at mananatili kang ganito magpakailanman. Kaya bakit hindi mo pa natatanto ang iyong imortalidad ngayon?

Nililinlang tayo ng ating mga pisikal na mata na isipin na totoo ang dalawahang mundong ito. Buksan ang iyong espirituwal na mata at tingnan ang iyong hindi nakikitang anyo. Kapag ang iyong espirituwal na mata ay bumukas sa katahimikan ng panloob na katahimikan, ang mga nakatago ay makikita.

Kapag ikaw ay nag-iisip, nangangarap, at malalim na nakatuon, ikaw ang taong nananatiling nakatago

sa paningin. Ang taong iyon ang tunay, at ang nakikitang tao ay anino lamang nila.

Kalimutan ang anino at alalahanin ang tunay na bagay

Maging kaisa ng taong hindi nakikita

Ang dalisay na larawan ng Panginoon ng lahat ng nilikha!

Sumainyo ang kapayapaan

Pagpapakilala ng kosmikong kamalayan

Hindi makakamit ang kosmikong kamalayan hangga't mayroong kahit kaunting pangininginig ng intelektwal o isang maliit na alon ng pagkabalisa sa pag-iisip. Ang mga siyentipikong pamamaraan sa pagmumuni-muni ay lubos na nagpapabuti sa kalidad ng pokus ng pag-iisip at nagpapahusay sa kakayahan ng isang tao na kontrolin ang kanilang mga iniisip, kaya't naiiwasan ang mga ito ng mga taon ng walang kabuluhang paggala sa larangan ng walang malay. Hindi natin itinatangi ang kapakinabangan ng walang malay bilang imbakan ng memorya at bilang isang larangan ng pagtulog at mga panaginip. Gayunpaman, ang larangang ito ay maaaring maging isang balakid sa pagmumuni-muni, at mayroon itong sariling pang-akit para sa mga taong madaling kapitan ng mga pantasya at hilig na kumonekta sa mundo ng mga espiritu sa pamamagitan ng pagpasok sa larangan ng mga mapanlikhang halusinasyon na walang katotohanan o espirituwal na halaga at hindi gaanong naiiba sa mga ordinaryong panaginip sa gabi. Ang mga siyentipikong pamamaraan sa pagmumuni-muni, bilang karagdagan sa personal na pagsisikap, ay nagtataas ng isip sa isang napakataas

na estado ng pagkilala sa sarili at pagkakasundo sa Diyos.

Ang dapat iwasan ay ang kaharian na puno ng mga ilusyon at kathang-isip na karanasan na napagkakamalan ng ilan na espirituwal, ngunit hindi espirituwal. Ang mga tunay na espirituwal na karanasan at tunay na pagsasakatuparan ng katotohanan ay hindi makakamit nang hindi itinutuon ang isip sa Diyos. Ang mapagnilay-nilay na konsentrasyon ay isang estado ng ganap na pagsipsip ng isip at ganap na katahimikan ng kamalayan. Ang katangian ng pag-iral ay paggalaw, habang ang katangian ng espiritu ay katahimikan o kawalang-kilos. Samakatuwid, ang konsentrasyon ay mahalaga para sa sagradong pagkakasundo. Ang mga pamamaraan at sining ng konsentrasyon at pagmumuni-muni na itinuturo sa mga aralin ng kaalaman sa sarili ay humahantong sa ganap na pagkakahanay ng kamalayan ng tao sa banal na kamalayan.

Ang paraan ng mundo ay ang mangaral nang marami at isabuhay ang kaunti. Maaari kang makarinig ng lektura tungkol sa pulot-pukyutan nang daan-daang beses, ngunit hindi mo malalaman ang lasa nito hangga't hindi mo ito natitikman. Gayundin, ang tunay na halaga ng anumang turo ay mapapahalagahan lamang sa pamamagitan ng pagsasagawa. Dapat nating isabuhay at ipamuhay ang mga turo ng mga propeta at dakilang tao. Kung gayon, ang kanilang mga katotohanan ay magiging ating mga katotohanan, at ating mapagtatanto na ang katotohanan ay maaaring mapatunayan at maipakita, at ito ay pandaigdigang. Kapag tayo ay lumalakad sa liwanag ng katotohanan, anuman ang

ating mga paniniwala o landas, tatanggapin ng Diyos ang ating gawain at isasama tayo sa Kanyang mga pinili.

Dapat tahakin ang landas ng katotohanan nang may katapatan at katatagan. Tandaan, mahal na naghahanap, na sa milyun-milyong tao, iilan lamang ang tunay na naghahanap sa Diyos. At kahit sa mga naghahanap na iyon, kakaunti lamang ang nagtitiyaga hanggang sa wakas. Ngunit ang sinumang nagtitiyaga sa landas ay makikilala ang Diyos. Hangga't ang kanilang puso ay nasa Diyos, mararating nila ang kanilang ninanais na layunin, gaano man karaming beses silang matisod at madapa. Hangga't ang kanilang mga intensyon ay dalisay at ang kanilang mga motibo ay malinis, wala silang dapat ikatakot, ni hindi sila malulungkot.

Kaya naman, dapat nating gawin ang ating makakaya upang gawing isang karanasan sa ating buhay ang pagninilay-nilay sa Diyos. Ang katapatan sa pananampalataya ay isang mahalaga at kailangang-kailangan na kahingian, sapagkat ang pagkukunwari lamang ay nagpapataas lamang ng kayabangan ng isang tao at naglalayo sa kanila mula sa kanilang tunay na layunin.

Umaasa ako na ang Diyos na Makapangyarihan ang siyang manguna sa inyong buhay at hindi ninyo Siya malilimutan, kahit sandali. Huwag kayong makuntento sa mga panandaliang kasiyahan ng mundong ito, bagkus gawin ninyong Diyos ang inyong pinagpalang destinasyon at ang inyong sukdulang layunin sa buhay. Sa likod ng limitadong katawan ay naroon ang walang hanggang Ganap. Hindi ako nagsasalita tungkol sa mga espirituwal na bagay

maliban kung nararamdaman ko ang Diyos na kasama ko at ako ay nasa perpektong pagkakasundo sa Kanya. At kapag nagsasalita ako mula sa kamalayang iyon, alam ko na ang aking mga salita ay puspos ng diwa ng katotohanan, at mararamdaman ng lahat ng tapat na naghahanap ang katotohanan ng aking sinasabi.

May mga taong napagkakamalan ang mga katotohanan sa mga ilusyon, iginigiit na ang mga katotohanan ay mga mito at ilusyon, at ang mga ilusyon ay mga katotohanan at mga ilaw na nagniningning sa dilim.

Ang kakayahang magpokus ay lubhang kailangan sa espirituwal na landas para sa pag-unlad at espirituwal na paglago. Kung walang pokus sa pag-iisip, hindi kailanman mahahanap ng isang tao ang Diyos. Dapat nating matutunang isara ang mga bintana ng kamalayan upang maiwasan ang pagpasok ng iba pang mga tinig at pang-abala sa mundo.

Kapag ang kamalayan ay na-calibrate at espirituwal na na-tune, isang koneksyon sa karanasan ang nararating, at nararamdaman ng naghahanap ang banal na presensya. Ang Diyos ay palaging at magpakailanman kasama ng sangkatauhan at saanman. Gayunpaman, ang kawalan ng kakayahang madama ang Kanyang presensya ay nagmumula sa pagiging abala ng isip sa maraming purong makamundong bagay. Ang nakatuong atensyon, o pagmumuni-muni sa Diyos, ang kasangkapan na nagbibigay-daan sa atin na madama ang Kanyang kalapitan. Para dito, ang mga Sufi ay nakikibahagi sa patuloy na pag-alaala, na inuulit ang pangalan ng Diyos (tulad ng "Walang diyos kundi ang Diyos" o "O

Nabubuhay, O Nabubuhay sa Sarili") hanggang sa ang kanilang buong pagkatao ay masipsip sa kahulugan. Ang kanilang kamalayan ay madaling lumilipat sa espirituwal na dimensyon, at nakakaranas sila ng mga estado ng espirituwal na kaligayahan na katulad ng nararanasan ng mga yogi sa malalim na pagmumuni-muni. Ang espirituwal na karanasan ay iisa, sa kabila ng iba't ibang paraan ng pagkamit nito.

Ang Diyos ay hindi nalalayo sa sangkatauhan. Ito ang sangkatauhan na sadyang naglalayo sa Diyos sa pamamagitan ng mga iniisip at kilos nito. Kapag nadama mo ang isang tunay na espirituwal na liwanag sa pagmumuni-muni, sikaping unawain ito at damhin na ikaw ay nasa loob nito: kaisa nito. Ang Diyos ang nasa puso ng liwanag na iyon—liwanag sa ibabaw ng liwanag. At habang lumalapit ka sa pinagpalang liwanag na iyon, lalo ka ring napapalapit sa Diyos.

Isang natatanging tanda ng banal na liwanag ay ang paningin nito ay laging may kasamang agarang at matinding pakiramdam ng kaligayahan o kagalakan na tumatagos sa bawat atomo sa bawat selula ng bawat tisyu ng katawan. Ang pakiramdam na ito ng kaligayahan ay hindi ilusyon lamang; sa halip, nahihirapan ang ilan na tiisin ang tindi ng espirituwal na kaligayahan dahil hindi sanay ang isip at katawan dito. Ang kaligayahang ito ang sukdulang layunin, at mapalad ang mga nakakatikim ng nektar nito, sapagkat sila ay uminom mula sa bukal ng buhay na tubig ng buhay.

Kung mas mapayapa ang pakiramdam ng isang tao habang nag-iisip, mas magiging malalim at matagumpay ang kanyang pagmumuni-muni sa Diyos. Kung ang oras na ginugugol sa pagbabasa ng mga

espirituwal na aklat ay ilalaan sa pagmumuni-muni, ang pag-unlad, kapwa sa pag-iisip at espirituwal, ay magiging mas malaki. Ang mga seryosong naghahanap ay binabawasan ang kanilang tulog at naglalaan ng mas maraming oras sa pagmumuni-muni dahil ang pahingang nararanasan nila sa pagmumuni-muni ay isang daang beses na mas nakapagpapalakas at nakakapresko kaysa sa pagtulog.

Maliban kung mapatahimik ng isang tao ang mga tinig sa kanilang kamalayan, hindi nila maaabot ang Diyos. Kaya naman nagtago ang mga propeta at santo sa mga kuweba, bundok, at kagubatan. Mayroong apurahang pangangailangan na paulit-ulit na ilubog ang sarili sa panloob na katahimikan sa pamamagitan ng pagsasanay ng konsentrasyon at pagmumuni-muni, at sa gayon ay matatagpuan ang dakilang kapayapaan at malalim na kaligayahan. Gaya ng sinasabi sa mga teksto ng karunungan:

Ang taong malaya mula sa mga panibagong pagnanasa at pananabik sa mga ari-arian, na kumokontrol sa kanyang puso at isipan (ang kanyang mga emosyon at kaisipan) at naghahanap ng tahimik na lugar, ay dapat laging sikaping makiisa sa unibersal na espiritu.

Kailangan din ang mas malawak na pagsasagawa ng mapanuri at tahimik na pagninilay-nilay sa mga lugar ng pagsamba. Dapat tayong magsalita nang mas kaunti at magnilay-nilay nang mas madalas. Noong panahon ng aking espirituwal na pagsasanay sa India, ang aking guro, si Sri Yuktiswar, ay nagbibigay lamang sa amin ng isang lektura paminsan-minsan. Kadalasan, nakaupo kami sa

paligid niya nang tahimik at malalim na nagtutuon ng pansin.

Ang isang tunay na espirituwal na gabay ay nagtataglay ng higit pa sa nakasulat na kaalaman. Mula sa kanya, matututo tayo ng karunungan at kaalamang monoteistiko dahil alam niya at alam niyang alam niya, dahil alam niya ang katotohanan sa kanyang sarili, at hindi lang siya basta nagbasa ng mga libro.

Ang kalawakan ay nahahati sa dalawang bahagi o aspeto. Ang paglikha ay isang aspeto ng kalawakan, at sa kabilang aspeto ay ang Diyos lamang, kung saan ang paglikha ay hindi umiiral. Iyon ang kaharian ng kadiliman na hindi madilim at liwanag na hindi maliwanag. Kung saan walang araw na sumisikat, walang buwan na nagniningning, at walang apoy na naglililyab, naroon ang walang hanggang tahanan ng Diyos.

Ang dualidad na ito ay naaangkop din sa kamalayan ng tao. Ang tao ay may dalawang aspeto: ang isa ay nakikita at ang isa ay hindi nakikita. Sa pamamagitan ng mga mata na nakabukas, nakikita mo ang malinaw na pag-iral at nakikita ang iyong sarili sa loob nito. Sa pamamagitan ng mga mata na nakapikit, wala kang nakikita kundi isang madilim na kawalan. Gayunpaman, ang iyong kamalayan ay nananatiling lubos na naaapektuhan at aktibo. Kung, sa pamamagitan ng malalim na pagmumuni-muni, maaabot mo ang kadiliman sa likod ng mga nakapikit na mata, maaabot mo ang liwanag kung saan nagmula ang lahat ng nilikha. Sa isang estado ng espirituwal na kaligayahan, ang kamalayan ay lumalampas sa malinaw na liwanag at pumapasok sa

kaharian ng unibersal na kamalayan, na umiiral sa likod ng lahat ng anyo at hugis ng paglikha. Ang kamalayang ito ay nakahihigit sa lahat ng pandama na persepsyon. Kung tungkol sa esensya nito, sa kaligayahan nito, at sa mga estadong nauugnay dito, mahirap ibigay ang kanilang nararapat sa tumpak na paglalarawan dahil kabilang sila sa isang espirituwal na dimensyon na bihirang bisitahin ng mga tao, sa kabila ng pagkakaroon ng katotohanan nito at ng katotohanan ng pagiging ito.

Binigyan tayo ng Diyos ng pagkakataong maranasan, sa ating kamalayan, ang mismong paraan kung paano gumagana ang mga batas na namamahala sa sansinukob. Ang walang anyo na estado ng kamalayang ito, na napapansin kahit nakapikit, ay maihahambing sa walang katapusang kaharian (kadiliman na walang kadiliman) at (liwanag na walang kaliwanagan), kung saan ang Diyos ay umiiral nang hiwalay sa alinman sa mga anyo, katangian, at dualidad na nagpapakilala sa Kanyang materyal na nilikha. Sa walang hanggan na kalawakan ng kawalang-hanggan na lampas sa paglikha, ang Diyos lamang ang umiiral sa isang kamalayan ng ganap na kaligayahan, palaging naroroon, may malay, at nababago. Ang kamalayang ito ay hindi kayang ilarawan at ihambing dahil ito ay lubos na kakaiba. Sa kaharian ng kawalang-hanggan, kung saan ang Absolute at ang Walang-hanggan ay naghahari nang kataas-taasan, walang mga mundo o nilalang ng anumang uri. Ngunit sa kabilang panig ng kalawakan, nararamdaman ng Diyos ang lahat—lahat ng nilikha—sa loob Niya.

Sa larangan ng hindi nakikita ay namamalagi ang pabrika ng mga sansinukob. Isang astronomo ang

nagsabi na ang kalawakan ay tunay na kamanghama-mangha; lahat ng bagay ay nagmumula rito at natutunaw sa loob nito. Kaya, saan naglalaho ang mga atomo, ang kanilang mga bumubuo, at ang buong mundo?

Tuwing ang materya ay tila kaakit-akit at mapang-akit, ipikit ang iyong mga mata Tumingin sa iyong sarili at pagnilayan ang pinagmumulan ng buhay Maaaring wala kang makita at wala kang maramdaman, ngunit lahat ng nakikitang bagay ay nagmumula sa hindi nakikitang pinagmumulan (At ang liwanag ay sumisikat sa kadiliman) (Ang Liwanag ng mga langit at lupa) Kung patuloy kang titingin sa kadiliman nang may tahimik at malalim na konsentrasyon, matutuklasan mo ang dakilang liwanag na iyon Sapagkat sa kabila ng kadiliman ay naroon ang espirituwal na kamalayan, at sa kabila ng kadiliman ay naroon ang iba pang mga kaharian (Sa bahay ng aking ama ay maraming mansyon) (At ang tahanan ng Kabilang Buhay ay higit na mabuti, at kay gandang tahanan para sa mga matuwid!)

Ang Unibersal na Kaisipan ay umiiral nang direkta sa kabila ng kalawakan. Higit pa sa kamalayan ng tao ay nakasalalay ang kamalayan ng Diyos. Sapat na ang kamangmangan na ito sa Kanyang presensya. Dapat nating pukawin at aliwin ang kadiliman sa pamamagitan ng pagmumuni-muni at huwag tumigil hanggang sa matagpuan natin Siya. Doon, sa walang hanggang Absolute, ay may hindi mabilang na mga persepsyon, hindi mabilang na mga panloob na pangitain, at mga solusyon sa lahat ng problema ng buhay.

Ang mga katotohanang aking naunawaan sa pamamagitan ng pagmumuni-muni ay nagpapakita ng mga batas pisyolohikal na natuklasan sa pamamagitan ng siyentipikong paraan. Kapag ipinipikit ko ang aking mga mata, nakikita ko ang mga malinaw na agos ng buhay na dumadaloy sa aking katawan. Huwag mong isipin na nag-iisa ka sa katahimikan na iyong nararanasan. Ang Diyos ay kasama mo, at walang dahilan para isipin na wala Siya. Ang hangin ay puno ng musikang nakukuha ng mga tumatanggap. Gayundin sa Diyos, Siya ay kasama natin sa bawat sandali ng ating pag-iral. Ngunit upang madama ang Kanyang presensya, dapat tayong magsanay ng malalim na pagmumuni-muni. Hindi natin dapat hayaang magpikit ang ating mga talukap ng mata sa pagtulog bago natin matanggap ang kahit kaunting senyales na ang Diyos ay kasama natin; saka lamang tayo makakatulog nang mahimbing at payapa. At ikaw, na nananabik at nananabik, ay tumitig nang mabuti sa kadiliman hanggang sa matuklasan mo ang kamanghamanghang mga misteryo nito.

Minsan, nakaupo ako sa aking silid-aklatan bandang alas-kwatro ng hapon nang biglang nawala ang aking hininga at nanigas ang aking mga paa't kamay. Nasaksihan ko ang proseso ng kamatayan. Ang paghinga at paggalaw ay umalis sa aking katawan, ngunit nanatili akong may malay. Ito ay isang kahanga-hangang karanasan. Nakita ko ang aking katawan at ang buong kalikasan bilang gumagalaw na mga kosmikong imahe na binubuo ng banal na liwanag. At ako'y masayang napasigaw, "Walang kamatayan, Diyos ko! Ang buong mundong

ito ay walang iba kundi isang gumagalaw na galeriya ng mga imahe!"

Maaaring sabihin ng pinunong nakaupo sa kanyang upuan o trono: "Ako ang sinusunod na panginoon, ang mga pinuno ay yumuko sa akin." Ngunit hayaan ang kamatayan na magdala sa sinunod na panginoon ng isa sa mga nakamamatay na dagok nito at siya ay magiging isang bagay ng nakaraan.

Mga kaibigan ko, ang tunay na hari ay yaong umiibig sa Diyos, nararamdaman ang Kanyang presensya sa lahat ng nilikha, at nagmamalasakit sa iba tulad ng pag-aalaga niya sa kanyang sarili. Kahit ang kamatayan ay hindi magdudulot sa kanya ng takot o pagkataranta, sapagkat nakikita niya ito bilang daan patungo sa kaharian ng Diyos (kung saan sila mananahan magpakailanman).

May tatlong paraan upang mapalawak ang kamalayan ng tao tungo sa kamalayang kosmiko. Ang una ay ang panlipunang paraan, kung saan inaalís natin ang pagiging makasarili sa ating mga kaluluwa at lubos na handang tumulong sa mga tao at maglingkod sa mga nangangailangan. Dapat tayong maging tapat at tapat sa ating mga kaibigan at makaramdam ng pagmamahal para sa lahat ng taong ibinigay sa atin ng Diyos, mga pamilya, upang mapalawak natin ang mga hangganan ng ating kamalayan sa pamamagitan ng pagpapakita ng tunay na pagmamalasakit sa iba at pagtatrabaho para sa kanila. Natututo tayo ng pagmamahal at sakripisyo para sa ating mga mahal sa buhay sa pamilya, at sa gayon ay nakakamit natin ang ilang paglawak sa ating kamalayan. Ngunit hindi ito sapat. Ang pag-ibig na naglilimita sa sarili sa isang makitid na bilog ay

nagiging limitado at hindi kayang lumawak. Kapag ito ay naging impersonal, ang bilog nito ay lumalaki at ang abot nito ay lumalawak. Ang ganitong uri ng pagmamahal ay dapat linangin, at dapat nating subukang bigyan ang lahat ng parehong pagmamahal na nararamdaman natin para sa ating pamilya at mga mahal sa buhay, nagtatrabaho para sa iba tulad ng pagtatrabaho natin para sa ating sarili (Mahal ng Diyos ang mga gumagawa ng mabuti). Ito ang panlipunang paraan upang makamit ang kamalayang kosmiko—ang paraan ng paglilingkod at pagmamahal.

Mahal tayo ng Diyos nang pantay-pantay bilang isang dakilang pamilya sa kosmiko at inaasahan Niya na mamahalin natin ang isa't isa. Kung tayo ay nagmamahal, nakakaramdam tayo ng kaligayahan; kung hindi tayo nagmamahal, pinaparusahan natin ang ating sarili ng sakit at pagdurusa.

Dapat magbago ang pag-iisip ng mundo. Tayong lahat ay ganito dahil ang ating tunay na kalikasan ay likas na sumasaklaw sa lahat.

Nakakatagpo ako ng kagalakan sa pagbibigay sa iba at nararanasan ang pinakamalaking kaligayahan sa pagsaksi sa kanilang kaligayahan. Kapag minamahal natin ang iba at nakikiramay sa kanila, natutuklasan natin na ang lahat ng nilalang ay tumutugon sa atin. Ipinakita sa atin ng mga propeta at dakilang tao ang landas tungo sa pagkamit ng kamalayan sa kosmiko. Ganito natin dapat kusang-loob na ibigay ang pagmamahal, paglilingkod, at habag.

Ang isang taong may pangkalahatang kamalayan ay isang masayang tao. Hindi nila nililimitahan ang kanilang pagmamahal sa iilang piling tao, na

inihihiwalay ang lahat mula sa kanilang bilog ng pagmamahal at habag. Ganito natin dapat tingnan ang buong mundo bilang ating pamilya. Ang kamalayang ito ay palaging kasama ko, at nararamdaman kong lahat ay akin. Ang isang taong may pangkalahatang kamalayan ay nagmamahal sa lahat ng tao tulad ng pagmamahal nila sa kanilang mga kapatid, magulang, at kaibigan.

Ang pangalawang landas tungo sa kosmikong kamalayan ay sa pamamagitan ng disiplina sa sarili. Hindi dapat maging biktima ng labis na kasiyahan. Ayos lang ang pagtangkilik sa mga bagay-bagay, ngunit ang puso at kaluluwa ay hindi dapat maging interesado sa mga ito. Ang mga nagnanais na palawakin ang mga hangganan ng kanilang kamalayan ay dapat na malaya sa pag-iisip at pagkilos, mabait, mahinahon, at kaaya-aya, disiplinado sa sarili, kinokontrol ang kanilang mga pagnanasa, iniwasan ang pagkaalipin sa mga mapaminsalang gawi, at kumikilos alinsunod sa kanilang matibay na paniniwala, na may moral at etikal na katwiran. Mahalagang linangin ang pagpipigil sa sarili at malampasan ang mga dualidad ng init at lamig, kagalakan at depresyon, kalusugan at karamdaman upang makamit ang kosmikong kamalayan.

Dapat nating tiisin ang lahat nang walang pagkabalisa o sikolohikal na kaguluhan. Siya na hindi nagbibigkis sa mga lubid ng mundong ito, ni hindi hinahayaang ang walang pigil na emosyon ay magdulot sa kanya ng kaguluhan o pakialaman ang kanyang espirituwal na kapayapaan, ay nagtataglay ng tunay na pag-unawa at malalim na karunungan. Ang ikatlong paraan ay ang metapisikal. Dapat

palayain ng naghahanap ang kanyang sarili mula sa mga limitasyon ng katawan sa pamamagitan ng wastong pagmumuni-muni upang masulyapan ang mas matataas na abot-tanaw ng kamalayan at mahawakan ang kanilang mga sukat. Ito ay makakamit lamang sa pamamagitan ng pagpapakalma sa alimpuyo ng mga kaisipang humahampas sa lawa ng kaluluwa, na lumilikha ng mga alon at kaguluhan sa loob nito. Kapag ang magkakasalungat na mga kaisipan ay humupa, ang ibabaw ng tubig ay huminahon, at ang langit at lahat ng narito ay lumilitaw na may kalinawan at kadalisayan.

Kung maglalagay ka ng isang selyadong bote ng tubig sa isang tangke ng tubig, ang laman ng bote ay mananatiling hiwalay sa nakapalibot na tubig. Ngunit kung aalisin mo ang selyo, ang tubig sa bote ay mahahalo sa tubig sa tangke. Gayundin, inilalayo ng mga ordinaryong tao ang Diyos sa kanilang buhay dahil ang sisidlan ng kanilang kamalayan ay naharangan ng kamangmangan. Ngunit kapag ang selyo ay naalis na sa pamamagitan ng wastong pagmumuni-muni, nararanasan ng naghahanap ang kapayapaan ng Diyos kapwa sa loob at labas ng katawan. Sa pagtaas ng pagmumuni-muni, lumalago ang kapayapaan, at ang espirituwal na kagalakan ay nababago.

Pinalilibutan ng Diyos ang sangkatauhan sa lahat ng panig, ngunit hindi nila Siya namamalayan. Hindi nila mararamdaman ang Kanyang aktwal na presensya sa loob nila at sa paligid nila maliban kung aalisin nila ang baras o belo ng kamangmangan at ilulubog ang kanilang kamalayan sa Kanyang sagradong kamalayan.

Kung ang isang tao ay malunod sa dagat ng mga materyal na pagnanasa, siya ay malulunod. Ngunit kung siya ay malunod sa karagatan ng Diyos, siya ay mabubuhay magpakailanman.

At kapag natagpuan mo ang Diyos, mga kaibigan ko, mararamdaman mo ang tunay at pangmatagalang kasiyahan.

Maaaring masira at maputol ang pagkakaibigan ng tao, ngunit hindi ka pababayaan ng Diyos

Kahit iwan ka at talikuran ka ng lahat, basta't kasama mo ang Diyos, magiging iyo ang lahat.

Sumainyo nawa ang kapayapaan, awa at mga pagpapala ng Diyos

Yoga at Mas Mataas na Persepsyon

Ang Yoga ay isang kalipunan ng mga siyentipikong pamamaraan para sa muling pagsasama-sama ng kaluluwa ng tao sa Banal. Nagmula tayo sa Diyos at dapat bumalik sa Kanya. Tila tayo ay nahiwalay sa Kanya at dapat na may kamalayang ibalik ang ating pagkakaisa sa Kanya. Itinuturo sa atin ng Yoga kung paano malampasan ang ilusyon ng paghihiwalay at matanto ang ating pagiging isa sa Diyos.

Sumulat ang makatang Ingles na si Milton tungkol sa kaluluwa ng tao at kung paano nito mababawi ang kaligayahan nito. Ito ang pangunahing layunin ng yoga: ang mabawi ang nawalang paraiso ng espirituwal na kamalayan, kung saan alam ng sangkatauhan na ito ay naging at .palaging nananatiling kaisa ng Banal na Espiritu

Ang tunay na pundasyon ng relihiyon ay dapat na isang agham na maaaring gamitin ng lahat ng naghahanap upang

maabot ang nag-iisang Diyos. Ang Yoga ay ang agham na .iyon

Mayroong apurahang pangangailangan para sa isang mas siyentipikong pamamaraan sa relihiyon. Ang iba't ibang mahigpit na doktrina ay nagpapanatili sa mga tao na magkakawatak-watak, kahit na ang isang bahay na nahahati laban sa sarili nito ay hindi maaaring manatili. Kaya, ang pagkakaisa ng iba't ibang sekta at relihiyon ay makakamit lamang kapag ang mga tagasunod at nagsasagawa ng mga relihiyong iyon ay nakakamit ng isang tunay na panloob na pag-unawa sa Diyos. Sa gayon lamang tayo magkakaroon ng tunay na kapatiran sa sangkatauhan sa ilalim ng pagiging .ama ng Diyos

Ang lahat ng mga dakilang relihiyon sa mundo ay nagsasalita tungkol sa pangangailangang hanapin ang Diyos at ang kapatiran ng sangkatauhan, at ang kanilang mga turo ay naglalaman ng mga pundasyong moral at mga prinsipyong etikal. Ano, kung gayon, ang lumilikha ng mga pagkakaiba at pagkakahati sa pagitan ng mga relihiyong ito? Ito ay bulag na panatismo sa isipan ng mga tao. Hindi natin maaabot ang Diyos sa pamamagitan ng pagtuon sa katigasan ng doktrina, kundi sa pamamagitan ng aktwal na kaalaman sa banal na espiritu. Kapag naunawaan ng mga tao ang mga pangkalahatang katotohanan na bumubuo sa mahahalagang pundasyon ng iba't ibang relihiyon, lahat ng mga kahirapang nauugnay sa panatismo sa relihiyon ay mawawala. Ang lahat ng tao ay aking pamilya at aking mga mahal sa buhay, at samakatuwid ay sinasamba ko ang Diyos sa lahat ng mga templong itinayo para sa Kanyang .karangalan

Dapat nating simulan ang pagbuo ng isang pandaigdigang pagkakaisa, na hinulma sa konsepto ng All-Religious Temple (ang Templo ng Lahat ng Relihiyon), na

nirerespeto ang lahat ng relihiyon na nananawagan para sa pagsamba sa Diyos at gumagabay sa kanilang mga tagasunod patungo sa Kanya. Ang mga ganitong templo, na inialay sa iisa at tanging Diyos na sinasamba ng lahat ng relihiyon, ay dapat itayo sa lahat ng dako, at hinuhulaan ko na mangyayari ito sa hinaharap. Ang mga tao sa Silangan at Kanluran ay dapat magpakailanman na lansagin—at sirain—ang makikitid at artipisyal na mga hadlang sa loob ng mga bahay ng Diyos. Habang natatamo ng mga tao ang kaalaman sa sarili sa pamamagitan ng yoga, mapagtatanto .nila na silang lahat ay minamahal at pinili ng Diyos

Ang espirituwal na pagkakaisang ito ay kitang-kita sa mga dakila na nagtataglay ng kaalaman sa sarili. Ang bulag ay hindi maaaring umakay sa bulag. Tanging ang isang espirituwal na guro na tunay na nakakakilala sa Diyos ang tunay na makapagbibigay ng banal na kaalaman sa iba.

Upang mabawi ang kabanalan, dapat mayroong isang naliwanagang guro. Sinuman ang sumusunod sa isang tunay na guro o espirituwal na gabay ay nagiging katulad nila, dahil ang isang naliwanagang tao ay nagsisikap na itaas ang disipulo sa antas ng kanilang sariling kaalaman sa sarili.

Nang matagpuan ko ang aking iginagalang na guro, nagpasya akong tularan siya sa lahat ng paraan: ilagay ang Diyos lamang sa trono ng aking puso at ibahagi ang .Kanyang mga biyaya sa iba

Sinasabi ng mga matatalino na upang makamit ang pinakamalalim na kaalaman, dapat ituon ng isang tao ang kanyang tingin at ituon ang kanyang atensyon sa .nakakaalam ng lahat na espirituwal na mata

Sa malalim na konsentrasyon, kahit ang isang hindi yogi ay kumukunot ang noo. Ang mismong puntong ito ang sentro ng pokus at ang lokasyon ng pabilog na mata, na siya ring bintana sa espirituwal na pananaw. Ito ang tunay na

"bolang kristal" kung saan tinititigan ng yogi upang maunawaan ang mga lihim ng sansinukob. Ang mga nakakaabot sa sapat na lalim ng kanilang konsentrasyon ay makakatagos sa pamamagitan ng "ikatlong" matang ito at makakaunawa sa Diyos. Samakatuwid, ang mga naghahanap ng katotohanan ay dapat linangin ang kakayahang palayain ang kanilang kamalayan at persepsyon sa pamamagitan ng ikatlong matang ito. Ang pagsasanay ng yoga ay tumutulong sa disipulo na buksan ang nag-iisang .mata ng intuitibong kamalayan

Ang pananaw, o direktang kaalaman, ay hindi umaasa sa anumang impormasyong pandama. Kaya naman madalas itong tinatawag na kakayahang intuitibo (ang ikaanim na pandama). Lahat ay nagtataglay ng ikaanim na pandama na ito, ngunit karamihan sa mga tao ay hindi nagsisikap na paunlarin ito. Gayunpaman, halos lahat ay nagkaroon ng isang intuitibong karanasan. Marahil ay mayroon silang pakiramdam na may mangyayari, at pagkatapos ay nangyayari ito kahit na walang anumang ebidensya mula sa .pandama

Mahalagang linangin ang direkta, likas na pananaw o kaalaman sa sarili, dahil ang isang tunay na nakakakilala sa Diyos ay may tiwala sa sarili. Alam nila, at alam nila na alam nila. Dapat tayong maging kasingtiyak ng presensya ng Diyos tulad ng pagkatiyak natin sa lasa ng mga igos o ubas. Sinimulan ko lamang ang gawain ng pagpapakilala sa iba sa Diyos matapos ipakita sa akin ng aking guro ang landas tungo sa perpektong pagkakasundo sa Kanya, at pagkatapos kong maranasan ang Kanyang presensya at mapagtanto ang .Kanyang pag-iral sa loob ko

Ang Kanluran ay palaging abala sa pagtatayo ng mga malalaking simbahan at katedral para sa pagsamba, ngunit ang malalaki at kahanga-hangang istrukturang ito ay

bihirang makatulong sa mga naghahanap sa Diyos na matagpuan Siya. Sa Silangan, ang pokus ay sa paglinang ng mga taong may banal na kaalaman. Gayunpaman, ang mga naliwanagang indibidwal na ito ay hindi laging mapupuntahan ng mga naghahanap ng espirituwal na kaalaman, dahil madalas silang nananatili sa malalayo at liblib na mga kanlungan. Samakatuwid, ang mga espirituwal na sentro ay mahalaga, kung saan mararanasan ng mga tao ang banal na presensya, at matutulungan sila ng mga naliwanagang guro dito. Paano makakakuha ng banal na kaalaman mula sa isang guro na hindi nakakakilala sa Diyos? Nakumbinsi ako ng aking guro sa pangangailangang kilalanin ang Diyos bago subukang magsalita tungkol sa Kanya sa iba, at ang aking puso ay umaapaw sa pasasalamat para sa kanyang patnubay. Tunay nga, siya ay !kaisa ng Diyos

Ang Diyos ay dapat munang makita sa pisikal na katawan, at ang bawat naghahanap ay dapat na pinuhin ang kanilang mga iniisip araw-araw, inilalagay sa altar ng kanilang kaluluwa ang inosente at mababangong bulaklak ng dalisay at banal na pag-ibig. Sinumang makahanap ng Diyos sa loob ay makakakita rin ng Kanyang presensya sa bawat templo, simbahan, moske, dambana, at pagtitipon na .kanilang papasukan

Binabago ng Yoga ang teoretikal na teolohiya tungo sa praktikal na karanasan

Ang pagmamahal sa Diyos nang buong puso ay nangangahulugan ng paglayo ng isip mula sa mga pandama at pag-aalay nito sa Diyos. Ang buong pokus ng pagkatao ay dapat ialay sa Diyos sa pamamagitan ng pagmumuni-muni.

Ang bawat naghahanap sa Diyos ay dapat matutong ituon ang kanilang isip. Ang panalanging binibigkas habang ang isip ay abala sa ibang mga bagay ay hindi taos-puso at hindi katanggap-tanggap sa Diyos. Sinasabi ng mga guro ng yoga

na upang matagpuan ang Diyos, dapat munang hanapin Siya nang buong isip at may kumpletong konsentrasyon ng pag-iisip.

May nagsasabi na mas angkop ang mga Indian kaysa sa iba na magsanay ng yoga, at ang yoga ay hindi para sa lahat. Hindi ito totoo. Maraming tao ngayon ang mas kayang magsanay ng yoga kaysa sa mga Indian, dahil ang mga pagsulong sa agham ay nagbigay sa sangkatauhan ng sapat na oras sa paglilibang. Kailangang gamitin ng Silangan ang mas maraming makabagong teknolohiya ng Kanluran upang gawing mas madali at mas kasiya-siya ang buhay, at dapat matutunan ng Kanluran mula sa Silangan ang praktikal at metapisikal na mga pamamaraan ng yoga upang mahanap ng lahat ang kanilang daan patungo sa Diyos. Ang yoga ay hindi isang sekta ng relihiyon, kundi isang unibersal, praktikal, at naaangkop na agham kung saan matatagpuan natin ang Diyos.

Ang Yoga ay para sa lahat: para sa mga Kanluranin at Silanganin. Hindi masasabing ang telepono ay hindi para sa Silangan dahil lamang sa naimbento ito sa Kanluran. Gayundin, ang mga kasanayan sa yoga na binuo sa Silangan ay hindi eksklusibo sa Silangan kundi para sa kapakinabangan ng buong sangkatauhan.

Ipinanganak man ang isang tao sa India o saanman sa mundo, mamamatay sila balang araw. Ngunit maaaring mawala ng isang tao ang kanilang sarili sa Diyos araw-araw, kahit sa ilang sandali lamang. Ang Yoga ang nagbibigay ng paraan at kakayahang gawin ito.

Ang mga tao ay nabubuhay sa katawan tulad ng mga bilanggo sa pagkabihag, at kapag natapos na ang kanilang oras, dinaranas nila ang kahihyan ng pagiging itinaboy. Ang pagmamahal sa katawan ay walang iba kundi pagmamahal sa pagkabilanggo. Dahil nasanay na tayo sa pamumuhay sa

pisikal na hawla, nakalimutan na natin ang kahulugan ng tunay na kalayaan. Walang dahilan para hindi hanapin ang kalayaan. Ang pagtuklas sa sarili at pag-unawa sa walang hanggang kalikasan ng isang tao ay mahalaga para sa bawat .tao. Ang yoga ay nagbibigay-liwanag sa landas

Ang kaluluwa ay dapat umakyat muli sa Diyos

Bago pa umiral ang sansinukob, umiral na ang pangkalahatang kamalayan. Ano ang unibersal o kosmikong kamalayan? Ito ang Ganap na Espiritu, o ang walang hanggan at walang hangganang Diyos, na walang hanggan na naroroon, may malay, at patuloy na nagpapanibagong kaligayahan, nakatago sa likod ng lahat ng kosmikong anyo,

hugis, at penomena. Nang umiral ang paglikha, ang

kosmikong kamalayan ay nahayag sa materyal na sansinukob bilang espirituwal na kamalayan, ang dalisay na

repleksyon ng isip at kamalayan ng Diyos, naroroon at nakatago sa lahat ng nilikha. Nang bumaba ang espirituwal na kamalayan sa pisikal na katawan ng tao, ito ay naging

isang kaluluwa o kahanga-hangang kamalayan: isang banal na kaligayahan, walang hanggan na naroroon, may malay, at patuloy na nagpapanibago, na umiiral nang paisa-isa sa loob ng pisikal na istruktura. Kapag ang kaluluwa ng tao ay

nagkakaisa sa katawan, ito ay nagpapakita bilang

kamalayan sa sarili o ang ego. Itinuturo ng Yoga na ang kaluluwa ay dapat umakyat sa hagdan ng kamalayan upang

.maabot ang banal na espiritu

Ang sikreto sa kaligayahan: ang pakiramdam ng banal

na presensya

Ayos lang na masiyahan sa buhay; ang tunay na kaligayahan ay nakasalalay sa hindi pagiging nakadikit sa kahit ano. Tangkilikin ang halimuyak ng isang bulaklak, ngunit sikaping makita ang Diyos dito. Pinanatili kong malay ang aking mga pandama upang, sa pamamagitan ng paggamit ng mga ito, lagi kong maiisip ang Diyos at madama ang Kanyang presensya sa aking puso. "Ang aking

mga mata ay nilikha upang makita ang Iyong kagandahan sa lahat ng dako, O Panginoon. Ang aking mga tainga ay nabuo upang marinig ang Iyong sumasaklaw na tinig." Iyan ang yoga: pakikiisa sa Diyos. Hindi na kailangang pumunta sa kagubatan upang hanapin Siya. Ang mga makamundong gawi ay magbibigkis sa atin saanman tayo naroroon hanggang sa mapalaya natin ang ating mga sarili mula sa mga ito. Alam ng yogi kung paano hanapin ang Diyos sa yungib ng kanyang puso. Saanman siya magpunta, dala-dala .niya ang pinagpalang kamalayan sa banal na presensya

Ang sangkatauhan ay hindi lamang bumaba sa antas ng kamalayang pandama, kundi naging alipin din ng mga kakaibang estado ng kamalayang pandama, tulad ng katakawan, galit, at inggit. Dapat alisin ng sangkatauhan ang mga karumihan at aberasyong ito upang matagpuan ang Diyos. Ang mga taga-Silangan at taga-Kanluran ay dapat mapalaya mula sa senswal na pagkaalipin na ito. Ang isang ordinaryong tao ay maaaring magalit dahil hindi sila nabigyan ng kape, kumbinsido na ang kakulangang ito ay magbibigay sa kanila ng sakit ng ulo! Ang perpektong yogi .ay isang malayang tao

Lahat tayo ay may potensyal na maging isang yogi saanman sila naroroon ngayon. Ngunit may posibilidad tayong isipin na ang anumang bagay na lampas sa abot-tanaw ng ating mga ordinaryong buhay at gawi ay kakaiba .at mahirap makamit

Ang pagsasagawa ng yoga ay nagbibigay ng kalayaan.

Ang ilang mga yogi ay tinatanggap ang detatsment at asetisismo sa sukdulan. Sinasabi nila na ang isa ay dapat matulog sa isang higaan ng mga pako nang hindi ginagambala, at nagreset sa sila ng iba pang mga anyo ng pisikal na disiplina na walang batayan sa mga turo ng Islam. Totoo na ang isang taong maaaring umupo sa isang higaan

ng mga pako at naiisip pa rin ang Diyos ay nagpapakita ng napakalaking lakas ng pag-iisip. Ngunit ang mga ganitong pambihirang gawa ay hindi kinakailangan; maaari lamang umupo ang isa sa isang upuan o sa isang komportableng .kama at magnilay-nilay sa Diyos

Ayon kay Yoga master Patanjali, anumang pisikal na postura na nagpapahintulot sa gulugod na manatiling patayo ay angkop para sa meditasyon, ibig sabihin, ang yogic focus sa Diyos. Hindi kinakailangang magsagawa ng contortional twists upang magsanay ng mga ehersisyo na nangangailangan ng pambihirang pisikal na tibay at kakayahang umangkop, tulad ng Hatha yoga. Ang Diyos ang pangunahing layunin, at ang pakiramdam ng Kanyang presensya ang dapat nating pagsikapan at pagsikapan upang makamit. Sinasabi ng Bhagavad Gita: "Siya na lubos na nakatutok sa Diyos at nakalubog sa Kanya ang siyang ".pinakabalanse sa lahat

Ipinakita ng mga Indian yogi ang kanilang ganap na kawalang-tatag sa matinding lamig at init, o sa kagat ng lamok at iba pang nakakainis na insekto. Ang mga katangiang ito ay hindi mga kinakailangan para maging isang yogi, kundi mga natural na katangian ng isang bihasang practitioner. Sikaping alisin o tiisin ang mga hindi kanais-nais na elemento kung kinakailangan, nang hindi nagiging sikolohikal na nababagabag. Kung ang isang tao ay maaaring maging malinis, hindi na kailangang maging marumi. Maaaring ang isa ay kasing-giliw sa paninirahan sa isang maliit na kubo tulad ng paninirahan sa isang malaking palasyo. Ang pinakamahalagang salik sa pagkamit ng espirituwal na tagumpay ay ang sipag at tiyaga. Sa katunayan, ang ani ay sagana, ngunit kakaunti ang handang umani nito! Hinahanap ng mga makamundo ang mga kaloob at pabor ng Diyos, ngunit ang matatalino ay hinahanap ang .Tagapagbigay mismo

Sinumang nagnanais na maging isang yogi ay dapat magnilay-nilay. Pagkagising sa umaga, ang yogi ay hindi unang iniisip ang pagkain upang magbigay ng sustansya sa kanyang katawan, kundi iniaalok sa kanyang kaluluwa ang nektar ng banal na komunyon. Puno ng inspirasyon ng malalim na pagmumuni-muni, magagawa niya ang lahat ng kanyang pang-araw-araw na tungkulin nang may kagalakan at pananabik. Nilikha ng Diyos ang mundong ito nang sadya. Ang kanyang plano ay para sa sangkatauhan na magtrabaho tungo sa pagpapabuti ng mundo. Ang mga taga-Kanluran ay may hilig sa sukduhan ng patuloy na paghahangad ng bago at pinahusay na materyal na kaginhawahan, habang ang mga taga-Silangan ay may hilig sa sukduhan ng pagiging kontento sa kung anong mayroon sila. Mayroong isang bagay na kanais-nais sa mapusok na espiritu ng Kanluran at sa sinasadyang espiritu ng Silangan, at dapat tayong .makahanap ng gitnang landas sa pagitan ng dalawa

Ang meditasyon ay lumilikha ng yogi

Upang matagpuan ang Diyos, dapat magnilay-nilay tuwing umaga at gabi, at hangga't maaari sa maghapon. Bukod pa rito, mahalaga para sa naghahangad na magnilay-nilay na maglaan ng ilang oras bawat araw ng linggo para sa pagmumuni-muni. Hindi ito makatuwiran. Ang ilang tao ay ginagawa ang kanilang mga libangan nang maraming oras araw-araw nang hindi napapagod o nababagot. Ang mga nagnanais na maging mas umunlad sa espirituwal ay dapat maglaan ng mas maraming oras sa Diyos. Dapat nating ipadama sa Diyos na mahal natin Siya higit sa lahat. Kapag ang isang tao ay naging mahusay sa pagmumuni-muni at kayang sumisid sa mas mataas na kamalayan, hindi hihigit sa limang oras ng tulog ang kakailanganin bawat araw. Maaari niyang gamitin ang ilang oras ng gabi, maagang umaga, at mga pista opisyal para sa pagmumuni-muni at pagmumuni-muni sa Diyos. Sa ganitong paraan, sinuman,

kahit ang pinaka-abala at abalang tao, ay maaaring maging isang yogi—kung nais nila—nang hindi kinakailangang .magsuot ng turban o magpahaba ng kanilang buhok

Ang mga lugar ng pagsamba ay ang mga selula, at ang pulot-pukyutan ay ang tiyak na kaalaman na ang tao ay isang espiritu at kaisa ng Diyos. Totoo na ang Diyos ay naroroon sa lahat ng lugar ng pagsamba, ngunit ang pagpunta lamang sa mga banal na lugar na iyon ay hindi sapat upang kumbinsihin ang Diyos na ihayag ang Kanyang Sarili ay mabuti, ngunit ang pang-araw-araw na pagmumuni-muni ay mas mainam, at pareho itong dapat gawin nang magkasama dahil ang pagpunta sa mga lugar ng pagsamba ay hindi maiiwasang nagdudulot ng inspirasyon, habang ang pang-araw-araw na pagmumuni-muni ay humahantong sa higit na espirituwal na pag-unlad. Kapag ang puso ng naghahanap ay nag-aalab sa sigasig, at kapag siya ay nagdarasal nang paulit-ulit, sinasagot ng Diyos ang kanyang .tawag

Ang matibay na debosyong ito ay mahalaga upang matagpuan Siya. Upang maging isang yogi at kasabay nito ay makasabay sa diwa at mga hinihingi ng panahon, dapat magnilay-nilay sa bahay, disiplinahin ang sarili, at tuparin ang lahat ng tungkulin dahil sa pagmamahal at paglilingkod sa Diyos. Ang pinakadakilang hangarin ko ay ang magtayo ng mga templo para sa Diyos sa kaluluwa ng mga tao at masaksihan ang nagliliwanag na ngiti ng Diyos sa kanilang mga mukha. Ang pinakadakilang tagumpay sa buhay ay ang pag-aalay ng isang tao ng isang templo sa Diyos sa loob ng kanilang sariling kaluluwa. Madali itong maisakatuparan, at para mismo sa layuning ito dumating ang kaalaman sa sarili sa mundo. Sinumang magluklok sa Diyos sa kanilang kaluluwa ay isang yogi at maaaring sabihin kasama ko na ang yoga ay para sa Silangan, Hilaga, Timog, at Kanluran. Ito ay para sa lahat ng tao nang walang pagbubukod. Ang mga

landas na teolohikal ay pangalawang ruta, habang ang landas ng yoga ay ang lansangan na patungo sa palasyo ng banal na kaligayahan, kung saan, kapag narating na, hindi .na kailanman aalis ang isa

Sumainyo ang kapayapaan

mga espirituwal na binhi

Turuan mo ako, O Panginoon, na maging matapang at may determinasyon at tiyaga, habang nag-iingat at nag-iingat.

Ang Diyos ay nasa aking puso at nakapaligid sa akin, binabantayan at binabantayan ako. Kaya naman, aking aalisin ang kadiliman ng takot na nagtatago sa Kanyang gabay na liwanag mula sa akin at nagpapatissod sa akin sa kadiliman ng mga pagkakamali.

Nagiging katulad tayo ng mga taong ating nakakausap at nakakasalamuha, hindi lamang sa pamamagitan ng pag-uusap at pakikipag-ugnayan, kundi pati na rin sa pamamagitan ng hindi nakikitang magnetic vibrations na kanilang nilalabas. Kapag pumapasok tayo sa kanilang magnetic field, hindi natin namamalayang naaapektuhan tayo ng kanilang magnetismo. Kaya naman, napakahalaga para sa mga nagnanais ng espirituwal na paglago na makisama sa mga may espirituwal na hilig, upang sila ay mahikayat, mapanatili ang kanilang sigasig, at mapangalagaan ang kanilang pananabik sa Diyos.

Ang mga may naliwanagang pananaw ay nagtitipon ng mga rosas ng katotohanan at nagsisikap na maliwanagan at

pagandahin ang mga kaluluwa gamit ang mga marangal na katangian upang makapasok sa paraiso ng karunungan.

Ang pag-ibig Mo, Panginoon, ay sapat para sa lahat ng bagay

Bagama't ang kosmikong pag-ibig ay sumisilip mula sa maliliit na bintana ng maraming aspeto ng pag-ibig ng tao, sa sandaling akala mo'y nakita mo na ito, ito'y patuloy na nagpapatuloy hanggang sa makita mo ang buong pagkatao nito sa pamamagitan ng bintana ng iyong kosmikong kamalayan.

Mas makabubuti para sa atin na magsama-sama at talakayin ang ating mga opinyon nang may bukas na isipan at paggalang sa isa't isa, na alalahanin na ang matatalinong tao ay hindi nag-aaway kundi nag-uusap nang mahinahon at makatwiran.

Dapat sanayin ng isang tao ang kanyang sarili at ang mga miyembro ng kanyang pamilya na umiwas sa tsismis tungkol sa iba o pagsasalita ng masama tungkol sa kanila, at sa halip ay magtuon sa pagpapabuti ng sarili at pagwawasto ng kanilang sariling mga pagkakamali. Hindi natin dapat kamuhian ang iba dahil lamang sa naiiba sila sa atin, o dahil naiiba ang kanilang mga opinyon sa atin, ni hindi natin dapat igiit na ang ating sariling mga paniniwala lamang ang tama.

O bukal ng pag-ibig, hayaan mong maramdaman namin na ang aming mga puso ay napupuno at ang aming uhaw ay napawi ng patuloy na umaagos na kasaganaan ng iyong pag-ibig.

Dapat matuto ang isang tao na makinig nang higit kaysa magsalita, umupo nang tahimik, at masiyahan sa piling ng iba

Kapag itinuon mo ang sikat ng araw sa pamamagitan ng magnifying lens sa isang maliit na punto, lumilikha ito ng init, at ang init na iyon ay maaaring magingas ng kahoy, tela, papel, at iba pang mga materyales.

Gayundin, kapag ang isip ay nakapokus nang wasto, ang konsentradong enerhiya nito ay kayang sunugin ang mga kasamaan at ugat ng pagdududa sa likod ng bawat pagkabigo at gawing mas maliwanag at maliwanag ang liwanag ng karunungan.

Kapag ang isip ay nakahanay sa Diyos, ang pinagmumulan ng lahat ng kabutihan at ang pinagmulan ng lahat ng pinagpalang kapangyarihan, nalalaman nito ang banal na presensya at taglay ang lahat ng elemento ng tagumpay. Ang mga elementong ito ay malapit na nauugnay sa napakalaking kapangyarihan ng Diyos, na may kakayahang lumikha ng mga bagong dahilan at pagkakataon para sa tagumpay sa anumang larangan.

Kapag ang mga kabibe ng sakit at kalituhan ay bumabalot sa akin, hayaan mo akong, O Panginoon, na makaramdam ng ligtas at panatag sa di-matitinag na kuta ng Iyong mapagsanggalang na presensya.

Ang pag-ibig ay ang himno ng puso na inaawit ng kaluluwa sa Diyos

Ang aking matagal na pagkauhaw ay mapapawi lamang sa pamamagitan ng Iyong pinagpalang paghipo sa aking kaluluwa, na nag-aalab sa pananabik sa Iyo. Ang bagyo ng kawalan ng pag-asa ay humupa na, ang mga hangin ng kawalan ng pag-asa ay humupa na, at ang mga patak ng

Iyong kapayapaan ay nagbasa sa bawat hibla ng aking pagkatao, pinupuno ang aking puso ng kasiyahan, at ngayon ay inaawit at inaawit ko ang Iyong pinagpalang pangalan.

O Diyos, gawin Mo akong isang ibon ng paraiso na nalulugod lamang sa pag-inom mula sa Iyong mga bukal na nagpapagaling na dumadaloy mula sa kalangitan ng Iyong kabanal-banalang presensya sa lahat ng dako.

Ang katotohanan ay unang dumarating sa ating kamalayan tulad ng manipis at malinaw na mga patak ng hamog [sa mga talulot ng rosas]

Gaano man kaliit at kaaba ang iyong papel sa buhay, ang kahalagahan nito ay katumbas ng sa pinakamalalaking papel sa usapin ng pag-aambag sa tagumpay ng dula.

Tulutan mo akong, O Diyos, na tingnan ang mga batas ng kabutihan hindi nang may pangamba at pangamba, kundi nang may ginhawa at pagmamahal. At hayaan mo akong alalahanin na ang kabutihan, na ang mga prinsipyo ay maaaring mahirap sundin sa simula, sa huli ay naglalagay ng korona ng kaligayahan at kasiyahan sa aking ulo kapag ang mga batas nito ay nasusunod.

At tulungan mo ako, Panginoon, na huwag kalimutan ang kasamaang iyon na nangangako ng ilang kasiyahan at kaluguran sa simula ay nagdudulot ng labis na kalungkutan at paghihirap.

Ang pagmamahal ng tao ay dapat palawakin at palawigin tungo sa banal na pagmamahal

Ang banal na pag-ibig ay nagtatangkang ipahayag ang sarili sa mga kaluluwa ng tao sa pamamagitan ng iba't ibang mga daluyan at pagpapahayag ng pag-ibig sa pagitan ng mag-asawa at magulang at ng pag-ibig ng mga kaibigan para sa isa't isa.

Ang maramihan at magkakaibang ugnayan sa mga pamilya at lipunan ay mga kinakailangang motibo para sa paglilinis ng pag-ibig ng tao mula sa mga karumihan at pagbabago nito tungo sa dalisay na espirituwal na pag-ibig.

Mga Pagpapatibay:

Sa pagsikat ng bawat araw, pauulanan ko ng mga alon ng kagalakan ang lahat ng aking makakasalubong

Ako'y magiging sinag ng araw sa isipan ng lahat ng taong tatawid sa aking landas

Magsisindi ako ng mga kandila ng ngiti sa mga puso ng mga nalulungkot at nagdurusa

Hindi kami nakatadhana upang mabuhay sa kawalan ng mga tigang na pagnanasa at paghihirap ng mga nawawalang pag-asa. Tulungan mo kami, O Panginoon, na basagin ang mga tanikala na gumagapos sa amin at hubugin ang aming landas nang may matibay na determinasyon, sa ilang ng mga limitasyon, patungo sa maligayang bagong lupain.

Panginoon, hayaan Mong maramdaman ko ang Iyong kalapitan at ang Iyong presensya sa kaibuturan ng aking damdamin, at hayaan Mong mapagtanto ko na ang Iyong maliwanag na karunungan ang sumusuporta sa aking pang-unawa, at ang aking buhay ay isang pagpapakita ng Iyong natatangi at natatanging buhay.

Ang kalupitan ay isang espirituwal na sakit, at sinumang nagpapakasasa sa malupit na mga kilos o damdamin ay nagdudulot ng kalungkutan sa kanyang sarili at nakakasira sa kanyang sistema ng nerbiyos.

Ang puso ang sentro ng damdamin, at hindi dapat pakialaman ng isang tao ang puso ng ibang tao

Ang Diyos ang aking tunay na kayamanan at ako'y
mayaman sa pamamagitan Niya

Ang maayos na kalikasan sa mga salita:
Disiplina sa sarili
Pagmamahal sa iba
Kabaitan sa mga hayop
Pagmamahal sa mabubuting katangian
Pag-ibig sa kapayapaan at katahimikan
Pag-ibig ng dakila
Pagpapakita ng habag sa mga mahihirap at
nangangailangan at pagtulong sa kanila
Awtomatikong katapatan anuman ang kahihinatnan
Pagtupad sa tungkulin dahil sa pagmamahal at
paggalang dito
Pag-ibig sa katuwiran at reporma
Nasisiyahan sa panlasang pampanitikan at ginagawa
ang kailangang gawin
Paggalang sa sarili
Kahinhinan
Raqqqa
Katapatan
Kagalang-galang
pasensya
Pagpaparaya
Sinusundan nito ang mga yapak ng mga dakilang
kaluluwa at naliwanagang isipan
Katapatan
Kalusugan
kabaitan
Kasimplehan at kalinawan
Balanse
Mga espirituwal na damdamin
Pagkakontento

Pagmamahal sa pisikal na kalinisan at intelektwal na kadalisayan

Pagpapakumbaba at pag-iwas sa pagmamataas

Pag-ibig sa kabutihan

Pagkamakatarungan

Pag-alala sa kabutihang ipinakita sa mga karapat-dapat

Paggalang sa mga sagradong bagay

Mula sa buklet: Tsart ng Sikolohiya

Ang mga espirituwal na sensasyon ay maaaring maranasan sa pamamagitan ng pagsasanay sa isip upang tamasahin ang mga birtud ng magagandang kaisipan sa nakatagong kaharian ng tao.

O Panginoon, ang pag-ibig na dumadaloy mula sa mga puso ng tao ay tumukso sa akin na hanapin ang pinagmumulan ng dalisay na pag-ibig sa Iyo.

Sa katahimikan ng aking kaluluwa, ako'y mapagpakumbabang nagpapatirapa sa harap ng Iyong sumasaklaw na presensya, batid na lagi Mo akong ginagabayan sa mga landas ng pagkilala sa sarili.

Hahanapin kita, Diyos ko, hanggang sa matagpuan kita, at kapag nahanap kita, buong pasasalamat kong tatanggapin ang lahat ng mga pagpapala at mabubuting bagay na ipinagkakaloob mo sa akin.

Sa pag-iisa ng aking mga iniisip, hinahangad ko, O Panginoon, na marinig ang Iyong tinig. Ilayo mo sa akin ang mga bangungot ng malupit na tinig na nagkukubli pa rin sa aking alaala. Nais kong pakinggan ang Iyong mahinahon at malambing na tinig magpakailanman, sa katahimikan ng aking kaluluwa.

O Panginoon, hayaan mong bumuhos ang ulan ng Iyong awa sa aming mga kaluluwa at hugasan ang putik ng kamangmangan na kumapit sa kanila, upang mabawi nila

ang kanilang kadalisan at kalinawan at sumikat sa iyong banal na liwanag.

Maging sa mga kuweba sa bundok o sa gitna ng mga mataong kalye, o sa mga gubat ng modernong buhay saanman tayo magpunta at saanman tayo lumingon, silangan at kanluran, hilaga at timog at saanman, hayaan mo kaming madama, O Panginoon, ang iyong kalapitan upang ang aming mga puso ay mapanatag ng iyong mapagsanggalang na presensya.

Maging katulad tayo ng mga bulaklak at rosas, at magkalat tayo ng mga talulot ng lambing at kabaitan kapag tayo ay hindi nauunawaan, sapagkat sa pamamagitan ng pagpipigil sa sarili at wastong pag-uugali ay matatanto natin na tayo ay mahalagang bahagi ng ikabubuti ng lahat.

Uminom nang busog mula sa tubig ng kapayapaan na dumadaloy mula sa mga bukal ng kanais-nais na mga pangyayari at mula sa iyong determinasyon na magkaroon ng positibong pananaw at magkaroon ng mga nakabubuting saloobin.

Huwag mong hanapin ang kaligayahan sa mga eleganteng damit, masasarap na pagkain, mararangyang muwebles, luho at pagpapakasasa lamang, dahil ang mga bagay na ito ang humuhuli sa iyong kaligayahan sa likod ng panlabas na anyo. Bagkus, hayaan mong ang iyong imahinasyon ay lumipad sa ibabaw ng kaharian ng walang limitasyong mga ideya.

Sa katunayan, lahat ay dumaranas, sa isang antas, ng problema ng galit, maliban na lamang kung naabot na nila ang isang masusing yugto ng kamalayan—isang yugto ng espirituwal na kaligayahan o isang estado ng katahimikan.

Galit – sa anumang anyo nito – ay nagmumula sa kawalan ng kakayahang tuparin ang isang pagnanasa. Dahil sa kawalan ng panloob na kagalakan na nagmumula sa koneksyon ng kaluluwa sa banal na pinagmumulan nito, sinusubukan ng tao na tuparin ang kanyang mga pagnanasa sa pamamagitan ng mga senswal na kasiyahan na likas na hindi kanais-nais dahil sa kanilang pagiging permanente at kadalasang hindi malusog na mga kahihinatnan.

Ang mga pagnanasang iyon ay kadalasang nagdudulot ng pagkabigo at pagkatapos ay galit, na humahantong sa pagkawasak ng espirituwal na kamalayan.

Ang pinakamabisang paraan upang malampasan ang galit ay ang pagtugon sa ugat ng galit: mga pagnanasa. Kapag mas maraming pagnanasa, mas maraming pagkabigo ang magaganap.

Imposibleng matupad ang lahat ng pagnanasa dahil ang mga pagnanasa ay walang hanggan at walang hanggan. Habang lalo nating sinisikap na matupad ang isang pagnanasa, lalo tayong nagiging malapit dito, at habang tumitibay ang ating pagkakapit, lalo tayong nasasaktan sa pagkaitan ng lahat ng bagay na makakatugon sa ating mga pagnanasa at makakatugon sa ating mga hangarin.

Tagumpay, komportableng buhay, pagpapagaling ng mga sakit na walang lunas, at mga gawi sa pagkontrol na pawang makakamit at makakamit.

Kung naubos mo na ang lahat ng pamamaraan at materyal na pagsisikap at nalaman mong walang silbi ang mga ito, buksan mo ang panloob na pinto at ang espirituwal na kapangyarihan ay dadaloy papasok at itataboy ang lahat ng kahinaan, pagkabigo, at pagkabigo.

Kung hihingi ka ng tulong sa Diyos sa pamamagitan ng pagmumuni-muni at malalim at tahimik na konsentrasyon, matutuklasan mo ang isang hindi mauubos na imbakan ng espirituwal na lakas.

Ang Diyos ay walang kinikilingan at tumutugon sa lahat ng taos-pusong humihingi ng Kanyang tulong

Nang matagpuan ko ang Diyos sa aking sarili, natagpuan ko Siya kahit saan

Mula pa noong bata pa ako, labis ko na Siyang hinahangad, at minsan noong bata pa ako, sumulat ako sa Kanya ng liham. Oo, sumulat ako ng liham sa Diyos at pinamagatan ito ng ganito:

"Sa Diyos sa Langit" at inilagay ko ito sa mailbox

Kapag sumusulat tayo sa isang tao, umaasa tayo ng tugon. Nang hindi ako nakatanggap ng tugon, lumuha ako nang husto. Ngunit sa wakas ay dumating sa akin ang tugon, hindi sa pamamagitan ng mga salitang nakalimbag sa papel, kundi sa isang kamangha-manghang maliwanag na pangitain.

Lahat ay makakatanggap ng tugon mula sa Diyos kung ang pagsisikap ay seryoso at patuloy.

Kung itutuon mo ang iyong mga katanungan sa Diyos, ibalot ang mga ito ng malalim na damdamin, at ipapadala ang mga ito sa pamamagitan ng koreo ng pagmumuni-muni, kung gayon ay tapat at tiyak na makukuha mo ang sagot.

Ang kapayapaan ay nagmumula sa loob ng kaluluwa; ito ang pinagpalang panloob na kapaligiran kung saan namumulaklak at yumayabong ang kaligayahan.

Madaling tinatanggap ng mga tao ang maraming ilusyon ng mga limitasyon nang walang seryosong pagtatanong, kaya hinahayaan nilang kontrolin ng mga paniwala na iyon ang kanilang buhay at kapalaran. Hindi madaling tinatanggap ng mga palaisip ang status quo; sa halip, sinisikap nilang baguhin ito, at ito mismo ang dahilan kung bakit posible ang pag-unlad.

Pinagninilayan ng mga palaisip ang kanilang kapaligiran at namamangha sa kanilang nakikita. Tinitingnan nilang mabuti at tinatanong kung bakit nangyayari o hindi nangyayari ang mga bagay sa isang partikular na paraan.

Bukod sa pagkain, pagtulog, at pagtatrabaho, ang isang tao ay inaasahang makakakuha ng isang bagay na mahalaga mula sa buhay na ito.

Dapat lipulin ang pagiging makasarili, at makakamit ito sa pamamagitan ng paglinang ng altruismo. Dapat nating pangalagaan ang iba, at ang pinakamahusay na paraan upang ituro ito ay sa pamamagitan ng mabuting halimbawa.

Mahirap tamasahin ang kasaganaan at komportableng buhay sa panahon ng pagkamakasarili at kasakiman. Kapag masasabi nating, "Ang mga pagpapala ng Diyos ay para sa akin at para sa iyo rin," ang mundong ito ay magiging mas magandang lugar.

Kapag naglalakad tayo sa mga lansangan ng lungsod, napapalibutan tayo ng mga pader, ngunit kapag sumakay tayo ng eroplano, nawawala ang lahat ng hadlang, at nakikita natin ang isang hindi nahahati na kalawakan. Gayundin, kapag naglalakad tayo sa isang lungsod ng pag-iisa at makitid na pag-iisip, nararamdaman nating nakakulong tayo ng matigas at limitadong mga dogmatikong ideya. Ngunit kapag sumakay tayo sa isang patag ng pagiging bukas at malawak na abot-tanaw, nakikita natin ang isang walang limitasyong espasyo ng kapatiran at pagmamahalan ng tao.

Ang taong nadadapa sa matarik na landas ng kasamaan ay hindi nakakaramdam ng pagtutol, ngunit sa sandaling susubukan niyang labanan ang mga mapaminsalang gawi at maling tendensiya sa pamamagitan ng pag-aampon ng mga

espirituwal na batas ng pagpipigil sa sarili, matutuklasan niya na hindi mabilang na mga tukso ang nagising upang labanan ang kanyang mga pagsisikap at hadlangan ang kanyang mga marangal na pagsisikap.

Minsan, mas epektibo ang mga iniisip kaysa sa mga salita. Ang isip ng tao ang pinakamakapangyarihang tagapaghatid at tagatanggap sa lahat. Kung palagi kang magpapalabas ng mga positibong kaisipan, na puno ng pagmamahal, ang mga kaisipang iyon ay magkakaroon ng positibong epekto sa iba. Gayundin, kung magpapalabas ka ng mga kaisipang puno ng inggit o poot, matatanggap ng iba ang mga kaisipang iyon at tutugon nang may katulad na mga kaisipan.

Hinihiling ko sa Diyos na suportahan ang iyong mga pagsisikap gamit ang Kanyang lakas at mga pagpapala. Kung ang panalangin ay taos-puso at ang mga intensyon ay dalisay, ang ninanais na pagbabago ay magaganap sa tulong ng Diyos.

Ang mga alingawngaw ng nakaraang taon, kasama ang mga kalungkutan at tawanan nito, ay naglaho na, at ngayon ang alingawngaw ng awit ng Bagong Taon ay umaawit nang nakapagpapatibay-loob, nagbabalita ng pag-asa, at

bumubulong :

"Hubugin mo nang perpekto ang iyong buhay. Iwanan ang mga damo ng mga lumang takot. At mula sa inabandunang hardin ng nakaraan, tipunin at iligtas lamang ang mga buto ng kagalakan, mga tagumpay, mga pag-asa, mabubuting kaisipan at gawa, at marangal at matayog na mga hangarin."

Sa mahamog na lupa ng bawat bagong araw, itanim ang mga makapangyarihang buto, diligan ang mga ito, at alagaan ang mga ito hanggang sa lumaki at mapuno ang

iyong buhay ng mga pambihirang benepisyo ng pamumulaklak.

Bumubulong ang bagong taon:

"Gisingin ang espiritu, na bihag ng mga nakagawian, at himukin itong magsagawa ng mga bago at kapaki-pakinabang na pagsisikap. Huwag tumigil sa pagsubok, at huwag magpahinga hanggang sa makamit mo ang walang hanggang kalayaan at malampasan ang karma (ang patuloy na paghabol at paghahangad ng mga bunga ng mga nakaraang kilos)"

Taglay ang ginhawa at ang patuloy na pag-asa, tayo'y magsaya at maglakad nang magkahawak-kamay patungo sa tahanan sa langit na hindi na natin muling lalabasan.

Galit at ang alaala ng elepante

Dapat maunawaan ng mga naghahangad ng panloob na kapayapaan kung paano nalilikha ang galit at kadalasang nagdudulot ng kapaha-pahamak na mga kahihinatnan.

Dahil sa pagkawala ng panloob na balanse na dulot ng galit, maraming tao ang naging mga kriminal at mga mamamatay-tao na uhaw sa dugo laban sa kanilang kalooban.

Ang paghadlang sa mga pagnanasa ay bumubulag sa isipan. Kapag ang hamog ng mga pagnanasa ay humahawak sa isipan ng isang tao, nawawalan siya ng kanyang mga pandama at kumikilos sa paraang hindi nararapat sa isang marangal na tao.

Ang pagkawala ng katwiran ay nakalilito sa likas na pag-unawa na siyang puwersang nagtutulak sa likod ng lahat ng maayos na kilos at mabuting intensyon.

Kapag ang manibela ng sasakyang pangkaisipan ng isang tao ay hindi gumagana nang maayos, tiyak na maaaksidente sila at maaaring mapunta sa isang hukay ng sakit at paghihirap.

Halimbawa: Masayang nagmamamaneho ang asawang lalaki, at habang papunta sa parke, hiniling ng kanyang asawa na magpalit ng direksyon para pumunta sa bahay ng mga magulang nito sa halip na sa parke, at dito napalitan ng galit ang kanyang kaligayahan.

Pinili ko ang halimbawang ito dahil ito ay isang karaniwang pangyayari. Sa mga normal na kaso, ang resulta ay alinman sa pagtangga ng asawang lalaki sa kahilingan ng kanyang asawa o pagsang-ayon nang may sama ng loob at pagkadismaya, at ito ang karaniwang nangyayari. Sa parehong kaso, nangingibabaw ang galit, nagiging tensiyonado ang kapaligiran, at nababagabag ang kapayapaan.

Sa ilang mga pagkakataon, ang galit ay maaaring maging isang trahedya para sa mga taong may marahas na init ng ulo. Ang galit ay maaaring makaapekto sa memorya, o maaaring makalimutan ng drayber na magmamaneho nang maingat at maingat, o maaaring hindi sumunod sa mga signal ng trapiko, na magreresulta sa isang banggaan o, huwag sana, kamatayan.

Bilang konklusyon, ikinukulong ng galit ang manibela ng kalooban sa karwahe ng buhay at pinipigilan ito sa pagkamit ng materyal at espirituwal na mga layunin nito.

Ang alaala ng elepante:

Ang kakayahan na tinatawag na "memorya" ay isang regalo mula sa Diyos sa sangkatauhan, at isa itong napakalaking biyaya! Ang memorya ay ipinagkakaloob din sa mga hayop; kung wala ito, hindi nila makikilala ang kanilang mga anak. Ang ilang mga hayop ay nagtataglay ng magagandang alaala, gaya ng inilalarawan ng sumusunod na kuwento tungkol sa isang elepante.

Habang nagbubuhat ng troso ang isang malaking elepante, gaya ng ginagawa ng maraming sinanay na elepante sa Silangan, nilapitan ito ng isang batang lalaki, tinusok ito ng karayom sa puno nito, at tumakbo palayo.

Isang taon ang lumipas matapos ang insidenteng iyon, at ang parehong elepante ay nakatagpo ng parehong batang lalaki sa daan. Ito ay isang medyo tamang-tama na sandali para sa elepante upang ipaghiganti ito. Kaya, ibinalot nito ang kanyang puno sa batang lalaki at marahas na inihagis ito sa kabilang panig ng kalsada. Kaya, ang mga hayop ay may mga alaala.

Kapag ang puso ay puno ng pag-ibig ng Diyos at ang mga mata ay naliliwanagan ng Kanyang liwanag, ang magnetismo ng isang tao ay nagiging espirituwal sa kalikasan. Mayroong malaking pagkakaiba sa pagitan ng espirituwal na magnetismo, kasama ang kahanga-hangang impluwensya nito, at makahayop na magnetismo, na hinihimok ng mga hilig at likas na ugali. Ang espirituwal na magnetismo ay batay sa altruismo at kapakinabangan ng iba, habang ang makahayop na magnetismo ay hinihimok ng pagkamakasarili at pagsasamantala sa iba.

Ang isang tao ay maaaring magbigay sa kanilang sarili ng mga positibong mungkahi na may kapaki-pakinabang na epekto sa subconscious mind, na siya namang nakakaapekto sa conscious mind. Ang mga negatibong mungkahi, gawa man ito ng sarili o mula sa ibang tao, ay nakakapinsala sa utak at dapat iwasan.

Ang tao ay nagbibigay sa atin ng payo at pagkatapos ay hinahayaan tayong umani ng bunga ng ating mga ginawa [na maaaring resulta ng kanyang maling payo]

Ang landas ng Diyos ay laging patungo sa kaligayahan at kabutihan

Taglay ang kalinawan ng malalim na pagmumuni-muni, isusuko ko ang banal na liwanag na patuloy na dumadaloy sa aking kaibuturan, at itataas ko ang aking pagmamahal at mga pananabik sa Makapangyarihan.

Nararamdaman ko ang lyong presensya, Panginoon, sa kaibuturan ng aking pagkatao, at nakikita kitang namumulaklak sa hardin ng aking pag-ibig. Balutin mo ako ng lyong pag-ibig at hayaan mong magsaya ako sa lyong pinagpalang halimuyak.

O Panginoon, pagkalooban mo ako ng kapayapaan upang ang aking kaluluwa ay makatagpo ng kapahingahan at makita ang mga sinag ng pag-asa sa likod ng mga ulap ng kawalang-bahala. Nawa'y sumikat ang liwanag ng katiyakan sa aking puso upang ako'y makaramdam ng katahimikan at espirituwal na ginhawa.

Sumikat ang lyong kaluwalhatian, O Panginoon, at maglaho ang kamangmangan mula sa mga baybayin ng mundo magpakailanman, pati na rin ang alitan at inggit. Alisin ang kadiliman ng kamangmangan gamit ang liwanag ng lyong karunungan. Baguhin ang kahinaan tungo sa lakas at ang kahinaan tungo sa determinasyon, at bautismuhan ang isip at espiritu ng lyong nakapagpapagaling na liwanag.

Kung paanong ang sikat ng araw ay ipinagkakaloob sa lahat, ngunit may mga taong mas gustong mamuhay sa kadiliman, gayundin ang liwanag ng banal na karunungan ay bumabaha sa lahat ng dako, ngunit may ilan na tumitingin sa mundo mula sa likod ng mga bintana ng kanilang madilim na mga kaisipan, na nababahiran ng kamangmangan.

O Panginoon, iligtas mo kami mula sa kamangmangan at mga epekto nito, at mula sa mga takot at pag-aalala, at hayaang tangayin ng baha ng lyong karunungan ang lahat ng mga labi at kalat mula sa aming mga buhay.

Sinumang nakakaalam kung paano maging masaya sa kasalukuyan ay nakahanap na ng daan patungo sa Diyos

Ako ang kapitan ng aking barko ng mabubuting kaisipan, mabuting kalooban, at mabunga at kapaki-pakinabang na mga gawain. Ako ang magpapatnubay sa barko ng aking buhay, laging nakatutok ang aking tingin sa nagniningning na planeta ng kapayapaan sa kalangitan ng aking malalim na pagmumuni-muni sa Diyos.

Maliban na lang kung pipiliin nating maging masaya, walang makakapagpasaya sa atin, at wala tayong dapat sisihin para diyan. At kung pipiliin nating maging masaya, walang makakaagaw sa atin ng kaligayahang iyon.

Ang mga pandemya, kalamidad, at marahas na pagbabago sa kalikasan na nagdudulot ng pagkawasak, pagkawasak, at malawakang pinsala ay hindi "mga banal na utos". Ang mga sakunang ito ay nagmumula sa mga iniisip at kilos ng tao. Saanman magambala ang maselang balanse ng mabuti at masama sa mundo dahil sa akumulasyon ng mga mapaminsalang alon at vibrations na dulot ng masasamang intensyon at pagkakamali ng tao, kasunod nito ang kaguluhan at malawakang pagkawasak. Patuloy na magdurusa ang mundo mula sa mga digmaan, sakuna, at trahedya hanggang sa maitama ng sangkatauhan ang kanyang maling pag-iisip at pag-uugali. Ang mga digmaan ay hindi nangyayari bilang isang banal na utos, kundi dahil sa malawakang materyal na pagkamakasarili. Kung aalisin ng mga tao ang kanilang sarili sa indibidwal, industriyal, pampulitika, espirituwal, at pambansang pagkamakasarili, ang mga digmaan ay titigil.

Kapag ang materyal na espiritu ang sumasakop sa kamalayan ng tao at nangingibabaw sa pag-iisip, naglalabas ito ng malinaw na negatibong radyasyon. Ang pinagsama-samang puwersa ng mga negatibong vibration na ito ay lubhang nakakasira sa balanseng elektrikal ng kalikasan, na nagdudulot ng mga lindol, baha, at iba pang mga sakuna.

Hindi mananagot ang Diyos para dito. Dapat kontrolin ang mga ideya ng tao bago maging posible ang pagkontrol sa kalikasan.

Sisikapin kong gumawa lamang ng mga marangal at disenteng gawa dahil sa pagmamahal sa Diyos at upang mapalugdan Siya

Ang isip ay dapat araruhin gamit ang araro ng tamang pang-unawa dahil ang lupa nito ay tuyo at matigas. Ang lupa ay dapat basain nang may kahandaan at pagtanggap, at ang mga buto ng pananampalataya ay dapat itanim sa mga tudling, pagkatapos ay diligan nang may kaloobang naaayon sa banal na kalooban.

Ang isang taong may likas na kalmado ay nagpapanatili ng kanyang kahinahunan at nananatiling payapa sa anumang sitwasyon. Hindi rin nila hinahayaang kontrolin sila ng mga emosyon at pagnanasa at humantong sa kanila sa paggawa ng mga maling desisyon.

Ikaw ang liwanag sa mga bituin, ang enerhiya sa mga atomo, ang kabaitan sa mga puso, ang kagandahan sa katotohanan, at ang kadakilaan sa katapatan.

Pagpalain mo kami, O Panginoon, upang maipakita namin ang Iyong biyaya sa aming kalusugan, aming mga mithiing intelektwal, at aming mga buhay espirituwal. Tulungan mo kaming punuin ang aming mga sarili ng Iyong kataas-taasang kapangyarihan, ng Iyong walang hanggang karunungan, at ng Iyong walang hanggang katotohanan, at kilalanin mo kami na Ikaw ang bukal ng kalusugan, ang karagatan ng buhay, at ang pinagmumulan ng lahat ng pag-unawa at kaalaman.

O Banal na Pag-ibig, ikaw ang lihim na alingawngaw na nagmumula sa mga yungib ng mga puso at ang tinig ng tahimik na damdamin

Ikaw ang di-nakikitang salamangkero ng mga kaluluwa, ang kumikinang na nagmumula sa kaibuturan ng pagkakaibigan

Ikaw ay isang pinagpalang anghel na bumubulong ng pinakamatamis na salita sa mga kaluluwa

Ikaw ang tahimik na wika ng mga mangingibig at ang di-nakikitang tinta na ginagamit nila upang magsulat ng mga mensahe sa mga pahina ng kanilang mga puso.

Ikaw ang pinagmumulan ng lahat ng marangal na emosyon, at ang iyong puso ay kumukuha ng pulso nito mula sa kosmikong puso

Ang pag-ibig ay isang tahimik na pag-uusap sa pagitan ng dalawang puso, at ito ang pinakamataas na panawagan para sa lahat ng nabubuhay at walang buhay na nilalang na bumalik sa tahanan ng unibersal na pagkakaisa.

Ang pag-ibig ang pulso ng buhay

Lumalaki ito sa hardin ng espirituwal na pamumulaklak at natutulog sa likod ng kadiliman ng mga panlabas na pagkakabit

Ito ang pinakamatanda at pinakamatamis na nektar na umiiral, na napanatili sa mga bote ng mga puso

Ang pag-ibig ay ang liwanag na sumisira sa mga pader ng kadiliman sa pagitan ng mga indibidwal, pamilya, at mga bansa

Ang pag-ibig ay bulaklak ng pagkakaibigan, yumayabong at lumalaki sa mga bukid ng bata at matanda

Ang pag-ibig ang daan patungo sa langit at ang awit ng mabubuting kaluluwa

Ang mga nagnanais na magbagong-buhay ay dapat munang tukuyin ang mga positibong bagay na nais nilang ipasok sa kanilang buhay, at pagkatapos ay magtakda ng

isang programa na kanilang sinusunod araw-araw, at makakaramdam sila ng malaking kaligayahan bilang resulta ng pagtupad sa kanilang mga desisyon.

Ang hindi pagsunod sa iskedyul ng pagpapabuti ng sarili ay nagpapahina sa kalooban at naglalagay ng mga hadlang sa daan ng pag-unlad

Ang mga taong umaayon sa natural na kaayusan ng buhay ay makakamit ng mabubuting tagumpay. Walang batas ang pumipigil sa isang tao na magbago para sa ikabubuti at makamit ang kanilang mga marangal na mithiin. Walang hadlang ang makakapigil sa isang tao na maabot ang kanilang matatayog na layunin maliban kung hindi nila kinikilala ang mga balakid na iyon at kumbinsihin ang kanilang sarili na hindi nila malalampasan ang mga ito.

Kung saan pinahahalagahan ng iba ang aking mga pagsisikap sa paggawa ng mabuti, doon ako makapagbibigay ng pinakamahusay na serbisyo.

Ang tunay na pag-ibig—pag-ibig ng puso at kaluluwa—ay isang pagpapakita ng banal na pag-ibig. Ang banal na pag-ibig ay naglalayong ipakita ang sarili nito sa pamamagitan ng mga puso at kaluluwa ng sangkatauhan. Itinuturo ng Diyos sa sangkatauhan ang banal na pag-ibig sa pamamagitan ng perpektong paraan ng pag-ibig ng tao.

Kapag may nakilala kang tao at sinabi nilang, "Kumusta ka? Natutuwa akong makita ka," kahit sa kaibuturan nila ay hindi sila komportable sa piling mo, agad mong mararamdaman ang kanilang nararamdaman at ayaw mo silang kausapin o manatili sa piling nila. Mas gusto ko ang katapatan kaysa sa pagkukunwari at pagkukunwari.

Ang salita ng isang tao ay mahalaga, at dapat silang maging natural at tapat, igalang ang kanilang salita, at tuparin ang kanilang mga pangako at pangako sa iba.

Ang Diyos ang pinagmumulan ng lakas ng pag-iisip, karunungan, at kasaganaan. Hilingin sa Kanya na gabayan ka sa tamang landas upang makamit ang tagumpay na iyong hinahangad. Una, siguraduhing mabuti ang iyong intensyon, at pagkatapos ay makakatanggap ka ng lakas upang makamit ang iyong layunin.

Ang pag-ibig ang espirituwal na sandata na siyang tatapos sa lahat ng digmaan

Ang katapatan ay mas malakas kaysa sa kasinungalingan at paninirang-puri. Kung mapoprotektahan mo ang iyong sarili sa kuta ng katapatan, ikaw ang magiging pinarangalan na panginoon sa iyong sariling kaharian.

Mananaig ang katotohanan, kahit na may iba pang nagkasala sa iyo

Bigyan ng karunungan ang mga naghahanap nito, hangga't ninanais nila ang kaliwanagan, at gawin ang iyong makakaya upang umangat at umakyat sa hagdan ng kaalaman sa sarili.

Sa Diyos ko inialay at inilaan ang aking tinig, mga kamay, mga paa, puso, katawan, damdamin, kalooban at lahat ng bagay

Ang sakit ay hindi limitado sa katawan; mayroon ding sakit sa intelektwal at espirituwal na aspeto.

Imposibleng isipin ang Diyos kapag ang isip ay puno ng inggit, takot, at hinala sa kasamaan, o kapag ang isang tao ay nakikipagdigma sa kanyang sarili.

Nagdurusa tayo sa kalungkutan at depresyon, mula sa iba pang hindi malusog na ugali at sikolohikal na kalagayan, at mula sa mga pagkabalisa, na karamihan ay mga walang batayang takot. Sa espirituwal na antas, nagdurusa tayo sa

kamangmangan sa imortal na kalikasan ng ating mga kaluluwa.

Ang mga taong nakikiisa sa Diyos ay nakakakita ng nakamamanghang kagandahan at nakakatikim ng lubos na tamis na hindi mararanasan sa ibang paraan.

Nang tumawag ang aking kaluluwa sa Iyo, sumabog ang mga ulap ng Iyong katahimikan, O Diyos, at ang ulan ng Iyong awa ay bumuhos nang malakas hanggang sa ito ay naging umaapaw na baha ng Iyong biyaya. Ang Iyong pinagpalang ilog ay bumalot sa mga pampang ng aking pagkatao, at ang aking kaluluwa ay lumubog sa tubig ng kawalang-hanggan, at ang bula ng aking maliit na buhay ay natunaw sa karagatan ng Iyong sumasaklaw na pag-iral.

- Tinuruan ako ng aking tagapagturo kung paano gamitin ang pait ng karunungan upang gawing templo ang aking sarili na karapat-dapat sa banal na presensya

Kung nais mong makamit ang isang marangal na layunin, magsimula sa pamamagitan ng pagdidisenyo ng isang mental na modelo para dito. Maaari mo na ngayong matatag na itatag ang anumang direksyon sa iyong kamalayan kung magtatanim ka ng isang matibay na ideya sa iyong isipan; kung gayon ang iyong buong pagkatao ay susunod sa ideyang iyon at ang iyong mga kilos ay magiging naaayon dito.

- Ang pagmamahal at pagpaparaya ay mahalaga para sa pagkakasundo at pagkakasundo. Ang pagmamahal ay nagbubuklod at nagpapalusog sa lahat ng kapaki-pakinabang at may kakayahang lumago, habang ang poot ay naghihiwalay at sumisira sa lahat ng maaaring maayos.

Ang takot ang pinakamalaking kaaway ng tagumpay dahil inaalis nito ang pagnanais na sumubok, na kung wala ito ay hindi magtatagumpay ang isang tao.

Ang panghihina ng loob, kawalan ng pagsisikap, at kawalan ng tiyaga ay pawang mga balakid sa landas tungo sa tagumpay. Ang layunin ay hindi dapat ang tagumpay mismo, kundi isang matuwid na buhay na hahantong sa tagumpay. Ang labis na pagkasabik para sa tagumpay ay maaaring maging hadlang. Ang malikhaing pagsisikap na sinusupportahan ng determinasyon at isang matibay na pagnanais na maabot ang layunin ay mahalaga para sa pagkamit ng tagumpay.

Ang bawat kaisipan natin ay lumilikha ng isang partikular na vibration. Kapag iniisip mo ang Diyos gamit ang iyong buong pagkatao, isip, at mga braso at binti - at paulit-ulit na bumubulong ng "O Panginoon" sa iyong sarili, lumilikha ka ng isang makapangyarihang vibration na nagdadala ng banal na presensya sa iyong buhay.

Kapag napagtanto natin na ang Diyos ang ating walang hanggang minamahal at ang ating palagiang kaibigan, at ang Kanyang pagmamahal sa atin ay higit sa anumang ibang pag-ibig, nadarama natin ang Kanyang pagiging malapit at naaantig ang Kanyang presensya, kaya't ang ating mga puso ay panatag at nadarama natin ang lubos na espirituwal na kapayapaan.

Kapag nagmumuni-muni ka sa Diyos at nakakaramdam ng tumitinding pintig ng kagalakan sa iyong puso at sa buong katawan, at paminsan-minsan ay dumarating sa iyo ang mga pagsabog ng kagalakang iyon, alamin mong sinagot na ng Diyos ang mga hinahangad ng iyong puso at ang mga damdamin ng kaligayahang iyong nararanasan ay patunay ng kasagutan na iyon.

Kapag ang isip ay pumasok sa isang estado ng mas mataas na kamalayan at nahawakan ang walang hanggang kabuuang presensya, alam nito na ito ay nakikipag-ugnayan sa Diyos at ang karanasan ay matamis, ngunit imposibleng

ipahayag sa mga salita ang estado ng koneksyon na iyon na hindi mailalarawan.

Hindi ko ginamit ang aking magnetismo upang maghanap ng mga materyal na bagay, bagkus ginamit ko ito upang maakit ang banal na presensya na walang hanggan at hindi masisira.

Ipagkaloob Mo sa akin, O Panginoon, ang pinakamalalim na mga hinahangad ng aking puso, at hayaan Mo akong marinig ang lyong pinagpalang tinig sa kaibuturan ng aking kaluluwa. Hindi Kita malilimutan, aking minamahal na Diyos, ni hindi rin ako lalakad sa mga landas ng buhay kung wala Ka. Maging aking walang hanggang panauhin at manahan sa santuwaryo ng aking kapayapaan at espirituwal na kagalakan. Hayaang tumibok ang aking puso ng lyong pag-ibig, at hayaang ang aking mga iniisip ay gumana nang may pagkakaisa, upang maipagkaloob ko ang lyong kapayapaan at pag-ibig sa iba. At hayaang ang halimuyak ng lyong pag-ibig ay lumabas mula sa rosas ng aking puso, na umaakit sa mga kaluluwang naghahanap ng kapayapaan at nagdadala sa kanila sa Iyo.

Ang mga tanawin ng bundok na ipininta sa asul na kurtina, ang nakabibighaning mekanismo ng katawan ng tao, ang mga bulaklak na may magagandang hugis, ang kadakilaan ng mabubuting kaluluwa, ang kadakilaan ng matatayog na kaisipan, at ang lalim ng pag-ibig ay pawang nagpapaalala sa atin ng kahanga-hanga at sukdulang magandang Lumikha.

Gagawin ko ang lahat ng aking makakaya upang payamanin ang aking sarili at ang iba sa Diyos, una sa lahat, magtatayo ako ng mga bahay ng karunungan sa gitna ng

mga evergreen na hardin ng kapayapaan, na puno ng mga bulaklak ng magagandang espirituwal na birtud.

Hindi mahalaga kung ako ay isang maliit na alon o isang malaki, basta't sinusupportahan ako ng malawak na dagat ng buhay.

Mag-iisip ako nang malalim hanggang sa matagpuan ko ang sikreto ng mga sikreto, at itutuon ko ang liwanag ng pananaw - tulad ng isang tanglaw - upang ang pinakabanal na mukha ay lumitaw sa akin.

Nawa'y sumikat ang iyong liwanag sa loob ko, sa paligid ko, at sa lahat ng dako

Ang pag-ibig ay isang nakatagong apoy na, sa utos ng Diyos, ay tumutunaw sa gaspang ng sansinukob at binabago ito tungo sa isang di-nakikitang sangkap ng walang hanggang pag-ibig.

Kung paanong ang araw ay nagpapadala ng liwanag at init, gayundin ko ikakalat ang mga sinag ng pag-asa sa mga kaluluwa ng mga mahihirap at mga itinakwil, at magtatanim ako ng bagong sigla sa mga puso ng mga taong nag-iisip na sila ay wala nang pag-asa.

Panginoon, huwag mong hayaang masunog ko ang aking sarili at ang iba ng nagliliyab na apoy ng inggit, bagkus hayaan mong tanggapin ko nang may pananalig at kasiyahan ang kabaitan at pagmamahal na nararapat sa akin mula sa aking mga mahal sa buhay.

Ligtas ako at panatag sa likod ng aking malinis na konsensya. Sinunog ko na ang madilim na nakaraan at ang ngayon na lang ang inaalala ko, at wala akong katatakutan

kundi ang aking sarili kapag sinubukan kong linlangin ang aking konsensya.

Ngayon ay sisindihan ko ang mga ugat ng mga alalahanin at takot at papaningasin ang apoy ng kaligayahan upang tanglawan ang templo ng kaluluwa sa loob ko.

Walang sinuman ang maaaring magagalit sa akin gamit ang bastos na pananalita o walang ingat na pag-uugali, at walang sinuman ang maaaring makaimpluwensya sa akin gamit ang pambobola, papuri, at mga papuri para isipin kong mas dakila at mas mahalaga ako kaysa sa aking tunay na sarili.

O Panginoon, gawin Mong sapat na maluwag ang aking puso upang masakop ang Iyong pinagpalang presensya, at hayaan Mong tumibok ito ng Iyong pag-ibig magpakailanman.

Kung gagamitin mo nang tama ang iyong lakas ng loob, lilikha ito ng bagong karma para sa iyo, ngunit karamihan sa mga tao ay ayaw magbago at ayaw magsikap, kaya't sila ay nahuhulog sa harap ng mga kahirapan at hindi kayang harapin ang mga hamon.

Panginoon, tulungan mo akong mapag-iba ang pangmatagalang kaligayahan ng kaluluwa at ang panandaliang kasiyahan. Huwag mong hayaang malunod ako sa mga kasiyahan ng mga panandaliang pandama, at tulungan mo akong pahusayin ang aking mga pandama upang ako'y laging maging masaya.

Inihiwalay ko ang mga sinag ng aking isipan mula sa makitid at limitadong larangan ng mga pandama at pinakawalan ang mga ito sa mga abot-tanaw ng espiritu,

kaya lumago ang aking mga pananaw at kumalat ang aking kamalayan sa lahat ng direksyon.

Hindi dapat makaramdam ng kawalan ng kakayahan o pagkakulong ang isang tao kung mayroon silang mga hindi gustong gawi na nais nilang itigil. Ngayon na ang pagkakataon upang malampasan ang mga gawi na iyon sa pamamagitan ng paglinang ng nakaraang determinasyon at pagsasanay ng regular at wastong meditasyon.

O Panginoon ng mga kaluluwa at puso, ang mga sinag ng kaligayahang kumakalat sa kalangitan ng aking panloob na katahimikan ay nagbabadya ng paglapit ng iyong pinagpalang pagpapakita.

O Panginoon, ngumingiti ako na parang ngiti ng mga taong may tiwala at panatag, sapagkat lumulutang man ako sa ibabaw ng buhay na ito o nalulunod sa ilalim ng mga alon ng kamatayan, nananatili ako sa puso ng Iyong buhay na walang hanggan, na nagbibigay ng seguridad at proteksyon, at ang Iyong malakas at pinagpalang kamay ang umaalalay sa akin.

Ang sakit, katandaan, at kamatayan ay ang mga kahirapan at balakid na kinakaharap ng katawan. Gayunpaman, ang mga sakit na sikolohikal ay sumasalakay sa isip sa pamamagitan ng kalungkutan, takot, galit, mga pinipigilang pagnanasa, sama ng loob, poot, mga emosyonal na obsesyon, matinding pagkabalisa sa nerbiyos, at isang uri ng kanser sa sikolohikal na nagpaparalisa sa mga kakayahan sa pag-iisip. Gayunpaman, ang pinakamapanganib na sakit ay ang sakit ng kaluluwa, na nagpapakita bilang kamangmangan, kung saan nagmumula at kumakalat ang lahat ng iba pang mga sakit.

Ang bukal ng dakilang idealismo na nagpapalusog sa ating mga damdamin ng pagmamahal at pinong mga emosyon ay hindi dapat hayaang matuyo.

Lahat ng bagay na panlabas na kaakit-akit ay nagmumula sa panloob na sarili. At walang anumang bagay na nagpaparumi sa dalisay na salamin ng kaluluwa tulad ng mga sikolohikal na pagbaluktot tulad ng galit, malisya, inggit, at poot. Sinumang sumusubok na palayain ang kanilang sarili mula sa mga compound na ito, na dayuhan sa kalikasan ng espiritu, ay hahayaan ang liwanag ng panloob na kagandahan na sumikat mula sa loob.

Ang kamalayan ay dapat itaas mula sa limitadong pisikal na kaharian patungo sa walang limitasyong abot-tanaw ng katahimikan sa loob ng kaluluwa.

O espiritu ng kadalisayan at kawalang-muwang, iligtas mo ako mula sa walang kabusugang mga pagnanasa ng laman, upang ang lahat ng sakim na pagnanasa ay maging abo sa apoy ng karunungan, at upang ako ay matigas ang ulo at matatag na mapigilan ang bawat salpok ng mga pandama. At upang ako ay sumunod sa Iyong kalooban, tinutugtog ang aking simpleng himig nang may pagkakaisa, tinutupad ang aking maliliit na tungkulin, at inaawit ang aking mapagpakumbabang awit.

Panginoon, tulungan mo akong gamitin ang aking mga pandama sa matino at makatuwirang paraan lamang, at pinuhin ang mga ito upang makatulong sa aking tunay na kaligayahan.

Ang bakal ng karunungan na ating kinukuha sa pamamagitan ng nagliliyab na apoy ng karanasan ay isang kahanga-hangang bagay. Dinadalisay tayo ng buhay sa pamamagitan ng pagbabago ng ating mga pangunahing

metal tungo sa mahahalagang elemento upang tayo ay mabuhay sa buhay na ito bilang mga kaluluwang kasingdalisay ng mga hiyas, kasingtigas ng bakal, at kasabay nito ay nababaluktot at nababaluktot nang hindi nabibigo sa ilalim ng mga presyon ng kahirapan at mahihirap na pagsubok.

Mayroong isang nakatagong puwersa na kumikilos upang ipatupad ang isang moral at espirituwal na plano upang magdulot ng kaayusan at pagkakasundo sa gitna ng tila disonansa at kaguluhan sa paglikha.

O aking banal na minamahal, ikaw ang walang hanggang kagalakan, ikaw ang kaligayahan ng kaluluwa at ikaw ang kaligayahang aking inaasam.

Ang panalangin sa Diyos ay dapat ialay nang may taimtim na pananabik at lubos na pagtitiwala, at ito ay sasagutin nang tahimik at mahinahon, isang lihim na tugon na magdudulot ng ginhawa at mabilis na pagbabago sa buhay ng isang tao.

Una, dapat nating maranasan ang kagalakan ng pakikipag-isa sa Diyos upang maihambing natin ito sa mas mababang mga kasiyahan sa lupa. Kung gayon, ang mga pagnanasa ay magiging mas mataas ang kalikasan. Ang pagnanasa ay walang hanggan; sa sandaling matupad ang isang pagnanasa ay may isa pang pumalit dito, at iba pa. Ngunit kapag natagpuan mo ang Diyos, lahat ng iyong mga pagnanasa ay natutupad.

Mga taong bukas-palad at mabait na tumatanggap ng iyong mga biyaya at ibinabahagi ang mga ito sa iba, lumalawak ang kanilang pang-unawa at nalalapit sa iyong pinagpalang presensya. Habang natatanggap namin ang

hindi mabilang na mga biyaya at pagpapala mula sa iyo araw-araw, hayaan mo kaming lumapit sa iyo nang may papuri at pasasalamat, O Tagapagbigay ng lahat ng biyaya at pagpapala.

Hangga't kasama ko kayo, Panginoon, walang kasamaang mangyayari sa akin dahil tatalikuran ninyo ako at poprotektahan ninyo ako mula sa kapahamakan.

Ang karaban ng mga panalangin ko ay patungo sa iyo. Nahahadlangan ito rito't doon ng mga bagyo ng kawalan ng pag-asa. Ngunit kapag nakikita ko mula sa malayo ang oasis ng iyong tahimik na pagpapalakas ng loob, ako'y napanariwa at nababago ang aking lakas, kaya't dinoble ko ang aking pagsisikap na maabot ka, nananabik na isawsaw ang aking mga uhaw na labi sa bukal ng iyong kagalakan at uminom hanggang sa ako'y mapagod.

O Panginoon, hayaan mo akong makakita lamang ng kabutihan at kadalisayan, at magsalita lamang ng mga salitang inspirado. Hayaan mong malanghap ko ang mabangong halimuyak ng Iyong pag-ibig, kasama ang makalangit na aroma nito, at kumain ng simple at masustansyang pagkain, at malanghap ang kaaya-ayang mga halimuyak na nagpapaalala sa akin sa Iyo. Hayaan mong madama ko ang Iyong pinagpalang haplos.

Sa hardin ng espirituwal na paggising, tinipon ko ang mga patak ng aking pagsisisi, at sa mga luhang iyon na mahalaga sa iyo, ang aking puso ay ganap na nalinis.

Ang mga mata ko, O Diyos, ay nabibighani sa patuloy na nagbabagong mga tanawin ng buhay at sa makulay na mga tanawin ng kalikasan, kasama ang kanilang sari-sari at maraming kulay na mga bulaklak at ang mga ulap na

tahimik na lumulutang sa abot-tanaw. Buksan mo ang mga mata ng aking kaluluwa upang makita ko ang Iyong nakahihigit na kagandahan sa lahat ng mabuti at maganda, at huwag mo akong makitang wala kundi Ikaw.

Hayaan mong maghabi ako ng malambot na karpét ng pagkilala sa sarili kung saan ang lahat ng iyong mga mangingibig ay maaaring maglakad patungo sa walang hanggang paggising.

Naaalala tayo ng Diyos kahit hindi natin Siya naaalala Kung kalilimutan Niya ang paglikha kahit sandali, ang lahat ay maglalaho sa mundong ito Sino pa kundi ang Diyos ang nagpapanatili sa Daigdig na ito habang lumulutang ito sa kalawakan? Sino pa ang nagpapatubo ng mga puno at nagpapamulaklak ng mga bulaklak? Tunay nga, ang Diyos ang nagpapatibok ng ating mga puso. Siya ang tumutunaw ng ating pagkain at nagpapanibago ng mga selula sa ating katawan araw-araw. Gayunpaman, kakaunti ang nakakaalala sa Kanya at nagbibigay sa Kanya ng pasasalamat na nararapat sa Kanya!

Panginoon, tingnan po namin ang kabutihan nang may pagmamahal at matanto na ang pagsunod sa Iyong mga batas ng paglikha ang siyang magpuputong sa amin ng korona ng Iyong awa.

Kilalanin namin, O Panginoon, na Ikaw ang bukal ng kalusugan, ang karagatan ng buhay, at ang pinagmumulan ng lahat ng pang-unawa at kaalaman. Palayain mo kami mula sa kamangmangan at mga epekto nito, mula sa mga takot at pag-aalala, at hayaang ang baha ng Iyong karunungan ay tangayin ang lahat ng pagkasira at kalungkutan sa aming mga buhay.

Madalas akong nakikinig sa pagmumuni-muni sa pinakamatatamis na mga awitin ng mga malalapit sa iyo, sa kahanga-hanga at kahanga-hangang mga espirituwal na simponya upang makumpleto ang mga piraso ng birheng koro na pag-awit ng mga damdamin ng aking puso at sa mga makabagbag-damdaming himno na isinasalin ang aking lumang pananabik para sa iyo at ang aking lumalaking pananabik na makilala ka.

Tangkilikin ang mga nakamamanghang tanawin ng mga ideya sa hindi nakikita at nakatagong mundo ng kagandahan sa loob ng iyong mga kaluluwa

Sa pagitan nina Alexander at ng Yogi Hindi Natitinag na Kalooban: Ang Kwento ng Pagkatuklas sa Arctic

Sino ang unang tao na ang mga mata ay napuno ng luha (at marahil ay dahil din sa tuwa at lamig) nang makita ang Arctic sa unang pagkakataon sa kasaysayan?

Paano at kailan ito nangyari? Iyan ang susubukan nating alamin sa mga sumusunod na linya.

Sa loob ng maraming siglo, sinubukan ng mga tao na marating ang malamig na rehiyong iyon ng mundo, at ang kasaysayan ay hindi pa nakakilala ng mas matapang na pakikipagsapalaran kaysa sa mga pagtatangkang ito, na kadalasang ikinamatay nila. Ang mga detalye ng kanilang pagsulong pahilaga ay nagsasalaysay ng mga kabayanihan at gayundin ng mga trahedya.

Daan-daang at marahil libu-libong taon na ang nakalilipas, ang mga naninirahan sa mga rehiyon na nakapalibot sa Dagat Mediteraneo ay naniniwala na

ang mundo ay parang isang makinis na disc na napapalibutan ng isang malaking ilog na tinawag nilang Oceanus.

Wala silang gaanong alam tungkol sa mga rehiyong malayo sa kanila, ngunit nasisiyahan silang mangarap at mag-isip tungkol sa malalayong lugar na iyon, tulad ng mga nasa kabila ng Alps at Balkans.

Mula sa mga rehiyong ito, kinukuha ang lata upang gumawa ng tanso, at ang amber ay mina para sa alahas at mga palamuti. Gayunpaman, kulang ang maaasahang impormasyon tungkol sa hilaga, kaya't nagsikap ang mga makata na maghabi ng mga nakakabighaning kuwento tungkol sa kung ano ang nasa kabila ng mga bundok.

Ang ating maalamat at imortal na makata, si Homer, ay nagkukuwento tungkol sa mga Cimmerian sa maulap na hilaga, at tungkol sa mga higanteng naninirahan doon, kung saan ang mga araw ay napakaikli kaya ang isang pastol na bumabalik sa gabi ay makakasalubong ng isa pang pastol na lumalabas upang manginain sa umaga. Ang ibang mga kuwento ay nagmumungkahi na may alam ang mga tao tungkol sa North Pole, ngunit karamihan sa kanilang mga ideya tungkol dito ay hindi tumpak, kadalasan ay mali pa nga.

Sa paglipas ng panahon, sinubukan ng mga tao na maabot ang mga polo. Noong 500 BC, isang lalaking nagngangalang Hamilcius ng Carthage ang nagsagawa ng isang malaking paglalakbay pahilaga, na nakarating sa Ireland at itinala ang kanyang paglalakbay. Ito ang unang maaasahang salaysay. Sumunod ang mga sumunod na pagtatangka, kung saan naglayag ang mga Scandinavian sa nagyeyelong

dagat at natuklasan ang Iceland. Mula roon, ipinagpatuloy nila ang kanilang paghahanap ng mas maraming lupain at kayamanan.

Dose-dosenang sumubok at nabigo. Hindi na natin papansinin ang mga detalye ng kanilang mga pagtatangka at tutungo na tayo sa unang nakatuklas sa North Pole.

Si Robert Edwin Peary ay ipinanganak sa Pennsylvania noong 1856. Nag-aral siya ng inhenyeriya at pagkatapos ay sumali sa US Navy. Nakaramdam siya ng matinding pagnanais na galugarin ang mga rehiyong polar. Alam niya ang lahat ng panganib at balakid na hinarap ng mga eksplorador bago siya, ngunit determinado siyang magpatuloy at alam niya sa kaibuturan niya na hindi siya aatras sa kanyang determinasyon.

Sinubukan ng aming eksplorador, si Peary, na alamin ang lahat ng kanyang makakaya tungkol sa Arctic, sa mga kondisyon nito, at sa mga detalyeng nakapalibot dito.

Noong 1886, naglakbay siya patungong hilagang Greenland, at pagkalipas ng limang taon ay nagsagawa siya ng pangalawang ekspedisyon, pinag-aralan ang mga tao, tinawid ang mga glacier, at pinatunayan na ang Greenland ay may hilagang baybayin, sa gayon ay kinumpirma ang katayuan nito bilang pinakamalaking isla sa mundo. Pagkalipas ng dalawang taon, bumalik siya sa Greenland. Noong 1898, nagsimula siya ng isang apat na taong ekspedisyon.

Ngayon, handa na si Perry na makipagsapalaran sa hindi alam. Sinimulan niya ang kanyang

mapanganib na paglalakbay noong 1902, ngunit napilitan siyang bumalik dahil sa mga hindi inaasahang pangyayari. Noong 1905, sinubukan niya ulit, sa pagkakataong ito ay naabot ang pinakahilagang latitud. Sa wakas, noong 1908, naglayag siya sakay ng bapor na Roosevelt, at sa wakas ay nagtagumpay ang kanyang ikawalong paglalakbay. Siya at ang kanyang mga kasama ay bumaba, sumakay ng mga dog sled, at naglakbay patungong Pole. Sa iba't ibang lugar, ang ilan sa kanyang mga kasama ay nahuhuli upang magtayo ng mga kampo at mag-imbak ng mga suplay para sa kanyang pagbabalik, pati na rin ang kanilang tulong.

Ipinagpatuloy niya ang kanyang paglalakbay kasama ang isang itim na katulong at apat na Eskimo, na may sapat na mga baon para sa apatnapung araw.

Nagpaalam si Perry sa mga naiwan niya sa huling istasyon at naglakad patungo sa poste, narating ito noong Abril 6, 1909, at sa wakas ay nakatayo sa tuktok ng mundo.

Bago pa man makarating si Peary sa North Pole, nagpadala ang Amerikanong astronaut na si Frederick Cook ng telegrama mula sa Shetland Islands na nagsasabing nakarating siya sa North Pole isang taon na ang nakalilipas. Gayunpaman, nang imbestigahan ng mga siyentipiko ang mga pahayag ni Cook, natuklasan nilang mali ang mga ito at hindi pa siya nakarating sa North Pole. Gayunpaman, kinilala nila ang ilan sa kanyang mga natuklasan sa lugar.

Taglay ni Perry ang pambihirang lakas ng loob, na pinilit ang kanyang sarili na maglakad nang tuluy-tuloy sa kabila ng matinding sakit sa kanyang mga paa, resulta ng pagkawala ng kanyang mga daliri sa

paa noong 1898 dahil sa frostbite, na nangailangan ng pagputol ng mga bahagi ng katawan.

Gayunpaman, hindi siya napigilan ng kapansanang ito na maglakad (kasama ang kanyang tapat at pinahahalagahang kasama, ang lalaking Itim na si Matthew Henson) ng 1,400 kilometro (sa pamamagitan ng paglalakad sa ibabaw ng yelo sa napakahirap na mga kondisyon!) sa paligid ng hilagang dulo ng Greenland upang lumikha ng isang detalyadong mapa ng rehiyon. Kay laking kabayanihan!

Si Perry ay itinuturing pa ring isa sa pinakamatapang at pinakamatibay na tao sa pagkamit ng mga layunin.

Sa kontekstong ito, sinabi ni Imam Ali (kalugdan nawa siya ng Diyos):

"Kaya dapat kayong maging masipag at masipag, handa at handa, at dagdagan ang inyong mga panustos"

Sumainyo ang kapayapaan

Sa pagitan nina Alexander at ng Yogi

May mga kamangha-manghang kuwentong maingat na itinala ng mga Griyegong historyador at iba pa na sumama o sumunod kay Alexander sa kanyang kampanya patungong India. Isinalin ni Dr. McCrendle ang mga salaysay na ito upang magbigay-liwanag sa sinaunang India. Isa sa mga pinakakapansin-pansing aspeto ng nabigong pananakop ni Alexander ay ang kanyang malalim na interes sa pilosopiyang Indian at sa komunidad ng mga yogi at mga relihiyosong lalaki na kanyang

nakakasalamuha paminsan-minsan, na tunay niyang ninanais na makasama. Pagdating sa Taxila sa hilagang India, ipinadala ng mandirigmang Griyego si Onascritus, isang disipulo ng paaralang Griyego ni Diogenes, upang dalhin sa kanya ang ermitanyong Indian na si Dandamus, na noon ay naninirahan sa Taxila.

Sinabi ni Oniskertius kay Dundamus matapos niyang matagpuan ang kanyang pinagtataguan sa puso ng kagubatan:

"Pagbati at kapayapaan, O guro ng mga Brahmin! Si Alexander, anak ng dakilang diyos na si Zeus at panginoon ng lahat ng nilikha, ay hinihiling sa iyo na pumunta sa kanya. Kung gagawin mo, bibigyan ka niya ng malaking gantimpala, ngunit kung tatanggi ka, pupugutan ka niya ng ulo."

Mahinahong tinanggap ng yogi ang mandatoryong panawagang ito, bahagya lamang na itinaas ang kanyang ulo mula sa kanyang higaan na gawa sa mga dahon, at sumagot:

"At ako rin ay anak ng diyos na si Zeus, kung si Alexander nga ay wala akong hihingi ng kahit ano mula sa kung anong mayroon si Alexander, sapagkat kuntento na ako sa kung anong mayroon ako, habang nakikita ko siyang walang patutunguhan na gumagalaw kasama ang kanyang mga tauhan sa tubig at lupa, at walang katapusan ang kanyang paggala kailanman."

"Humayo ka at sabihin kay Alexander na ang Diyos lamang ang panginoon na karapat-dapat sa lahat ng pagsamba at paggalang. Siya ang kataas-taasang hari na hindi kailanman nag-uutos ng kakila-

kilabot na kasamaan dahil siya ang lumikha ng liwanag, kapayapaan, buhay, at tubig, at ang lumikha ng katawan ng tao at kaluluwa ng mga tao. Sa kanya bumabalik ang lahat ng tao kapag pinalaya na sila ng kamatayan, upang hindi na sila mapailalim sa kasamaan ng sakit."

Ipinagpatuloy ng matalinong lalaki ang kanyang pananalita nang may mahinang sarkasmo:

"Si Alexander ay hindi isang diyos dahil tiyak na matitikman niya ang kamatayan. At paano magiging panginoon ng pag-iral ang isang taong katulad niya kung hindi pa siya nakakaakyat sa trono ng panloob na sansinukob, ni hindi pa nakapasok nang buhay sa kalaliman, ni hindi niya alam ang landas ng araw sa malawak na rehiyon ng mundo, at higit sa lahat, hindi pa siya naririnig ng mga kalapit na bansa?!"

Matapos ang pagsaway na ito, na itinuturing na pinakamatinding pag-atake sa pandinig ng (Panginoon ng Mundo), sarkastiko pang idinagdag ng santo: "Kung ang kasalukuyang mga kolonya ni Alexander ay hindi sapat upang masiyahan ang kanyang kasakiman, hayaan siyang tumawid sa Ilog Ganges at makakahanap siya ng isang malawak na bansa na maaaring tumanggap ng lahat ng kanyang mga tauhan"

"Ang mga iniaalok sa akin ni Alexander at ang mga regalong ipinapangako niya ay walang halaga sa akin. Ang mga bagay na tunay kong pinahahalagahan at itinuturing na kapaki-pakinabang o mahalaga ay ang mga punong ito na pinagtayuan ko ng aking tirahan, ang mga halamang namumulaklak na nagbibigay sa akin ng pang-araw-araw na ikabubuhay, at ang tubig na pumapawi ng aking

uhaw. Ang lahat ng iba pang ari-arian, na tinipon nang may malaking pag-iingat, ay isang pasanin sa kanilang mga may-ari, na walang iniwan kundi kalungkutan at panghihinayang, ang kapalaran ng mga taong walang kaalaman. Kung tungkol sa akin, ako ay nakahiga nang payapa sa mga dahon at damo ng kagubatan, at dahil wala akong maitutulong sa akin na gising, ako ay natutulog nang mahimbing, nasisiyahan sa isang matamis at tahimik na pagtulog. Kung mayroon akong isang bagay na nangangailangan ng pagbabantay at pagbabantay, ito ay makagagambala sa aking pahinga at mag-aalis sa akin ng kasiyahan ng pagtulog. Ang lupa ay nagbibigay sa akin ng lahat ng kailangan ko, tulad ng isang ina na nagbibigay sa kanyang sanggol ng gatas, ako ay gumagala saanman ko naisin, at wala akong mga alalahanin na guluhin ako o sisirain ang aking buhay."

Kahit na putulin ni Alexander ang aking ulo, hindi niya masisira ang aking espiritu. Ang aking ulo, na tatahimik pagkatapos ng kamatayan, at ang aking katawan, na magiging parang punit na damit, ay mananatili sa lupa kung saan sila ginawa.

Kung tungkol sa akin, bilang isang espiritu, aakyat ako sa Diyos, na nagbihis sa atin ng mga katawan at naglagay sa atin sa mundong ito upang mapatunayan natin sa Kanya—habang tayo ay narito—kung susuko tayo sa Kanyang kalooban at mamumuhay nang may pagsunod sa Kanya. At kapag tayo ay humarap sa Kanya, hihingi Siya ng pagsusulit sa ating mga gawa. Siya ang makatarungang Hukom na humahatol sa lahat ng kasamaan, kasalanan, at paglabag, kung saan ang mga daing ng mga inaapi ay nagiging parusa para sa nang-aapi.

Hayaang gamitin ni Alexander ang bantang ito upang takutin ang mga nag-iimbot ng kayamanan o natatakot sa kamatayan. Mahina ang sandata ni Alexander laban sa mga yogi.

Hindi namin mahal ang pera ni natatakot kami sa kamatayan. Pumunta ka at sabihin sa kanya na hindi kailangan ni Dundamus ang anumang mayroon ka, at samakatuwid ay tumatangging lumapit sa iyo. Ngunit kung kailangan mo si Dundamus, lumapit ka sa kanya mismo. Tinanggap ni Alexander nang may malalim na atensyon ang tugon ng yogi sa dila ni Onesicritus, at nakaramdam ng lumalaking pagnanais na makita si Dundamus, na - sa kabila ng kanyang kahubaran at katandaan - ay natagpuan siyang isang mananakop ng mga lungsod at isang tagasakop ng mga bansa na higit pa sa kanyang kapantay.

ni : Isang Awtobiograpiya

Ni Paramhansa Yogananda

Ilang espirituwal na pananaw

Para sa matalinong guro na si Paramhansa Yogananda

Binigyan tayo ng Diyos ng kalayaan sa pagpili at nilagyan tayo ng konsensya upang makilala ang mabuti at masama, at ang mabuti at masama

Kapag nararamdaman natin ang espirituwal na kapangyarihang aktibo sa ating pagkatao, nadarama natin na tayo ay sumusulong at umuunlad, kaya ang ating tiwala sa Diyos at sa ating sarili ay tumataas, at ang momentum ng mga paghihirap ay nababawasan upang maharap natin ang mga ito nang may

konstruktibong kumpiyansa, kapanatagan, at balanse.

Ang ating tunay na kalikasan ay ang espiritu, na ang esensya ay kapayapaan, katahimikan, katahimikan, at kahinahunan. Ang mga pinagpalang elementong ito ay nasa loob natin at mahalagang bahagi ng ating espirituwal na pagkatao.

Madalas na pinag-uusapan ng mga tao ang mga pressure na kanilang nararamdaman at ang sikolohikal na stress na kanilang nararanasan sa ilalim ng bigat ng maraming pangangailangan, ngunit hindi natin dapat hayaang maging biktima tayo ng anumang uri ng kahirapan, at dapat nating laging tandaan na binigyan tayo ng Diyos ng sapat na lakas upang harapin ang lahat ng mga hamong ating kinakaharap.

Panatilihin ang Diyos sa inyong mga puso habang tinatahak ninyo ang landas ng buhay

Panatilihing nakaapak ang iyong mga paa sa lupa at ang iyong ulo ay nasa itaas ng mga ulap ng kamangmangan sa mga abot-tanaw ng araw ng walang hanggang karunungan

Kapag nawalan tayo ng kakayahang masiyahan sa buhay at makilahok sa mga malusog na aktibidad sa libangan, nagiging mas seryoso at kinakabahan tayo kaysa sa nararapat. Kahit na tila malungkot at madilim ang kapaligiran, dapat nating panatilihin ang ating paniniwala na ang araw ay muling sisikat at ang mga nasa tamang landas ay makakarating, gaano man kalayo ang distansya at gaano man kalayo ang patutunguhan.

Sa pagpapakumbaba nakasalalay ang tunay na espirituwal na lakas, ang kadakilaan ng debosyon, ang lalim ng pagmamahal, at ang karilagan ng kasiyahan at pagpapasakop.

Ang taong may matibay na kalooban ay kasuwato ng Diyos at hindi naghihintay na ang mga planeta at bituin ang magbigay ng kanilang mga ngiti sa kanya. Bagkus, ipinagpapatuloy niya ang kanyang paglalakbay na parang isang tumatagos na bulalakaw, hindi naaapektuhan maliban sa bituing gabay ng Diyos, na siyang araw ng mga araw at Panginoon ng batas at mga kaluluwa.

Hindi dapat isipin ang pagkatalo at pagkabigo, bagkus ay subukan nang paulit-ulit, gaano man karami ang mga nabigong pagtatangka at gaano man ito kapait.

Kaytaas mo, O pagkakaibigan, at kaytaba at kabanalan ng iyong lupa! Pag-ibig ang iyong pagkain at katapatan ang iyong inumin

Naparito tayo sa mundong ito upang paunlarin ang ating mga sarili at tuklasin ang ating espirituwal na potensyal, hindi upang lumusong sa madilim na dagat ng ilusyon na kinasasangkutan ng hindi mabilang na mga panganib.

Ang pinakamasarap na kasiyahan sa buhay ay ang pakiramdam na tayo ay ligtas at panatag sa piling ng Diyos

Ang panahon ng pagkabigo ang pinakamainam at pinakaangkop na panahon upang maghasik ng mga binhi ng tagumpay. Ang pagkabigo ay dapat lipulin hanggang sa ugat nito, at ang mga bukid ng buhay ay dapat linangin nang may sipag at determinasyon, at itanim ng mga binhi ng kabutihan upang umani ng masaganang ani, kung loloobin ng Diyos.

Ilang tao lamang ang sumusuri sa kanilang mga sitwasyon at nagpapasya kung sila ay sumusulong o paurong. Bilang mga taong pinagkalooban ng pandama, karunungan, at pang-unawa, ang ating

pinakamalaking tungkulin ay gamitin ang ating karunungan at mga pandama sa tamang paraan.

Walang tunay na espirituwal na tao ang makakayanan nang walang materyal na tagumpay. At walang sinuman ang labis na nag-aalala sa materyal na aspeto na pumipigil sa kanila na mag-isip tungkol sa Diyos at maglaan ng kinakailangang oras sa pagmumuni-muni, paglilingkod, at mga espirituwal na tungkulin.

Ang isang tao ay dapat mamuhay kasama ang lahat ng kanyang mga iniisip, damdamin, at pananaw, at maging alerto at mapagmasid sa lahat ng nangyayari sa kanilang paligid, tulad ng isang bihasang litratista na naghihintay ng pinakaangkop na mga pagkakataon upang makuha ang pinakamagagandang larawan ng pinakamagagandang tanawin.

Ang bawat tao ay nagtataglay ng hindi pa nagagamit na potensyal. Taglay nila ang lahat ng lakas na kailangan nila. Ang isip mismo ay isang kataas-taasang kapangyarihan at dapat palayain mula sa mga luma at mahigpit na gawi at konsepto.

Tandaan natin na hangga't nangingibabaw ang pakiramdam ng "sarili", may tendensiya tayong lumayo sa Diyos, sa pag-aakalang mayroon tayong sapat na lakas at karunungan upang tumayo sa sarili nating mga paa nang walang suporta at lutasin ang ating mga problema nang mag-isa.

Natatakot tayo na kung susuko tayo sa kalooban ng Diyos, hindi tayo makakatagpo ng kaligayahan sa mga ipinapadala sa atin ng Diyos, at ito ay tanda ng mahinang pananampalataya. Ngunit sa malao't madali, mapipilitan tayong bumaling sa Diyos. At matutuklasan ng bawat tao ang katotohanang ito sa kanilang buhay, kung hindi pa nila ito nagagawa.

Dapat tayong bumaling sa Diyos nang may lubos na kumpiyansa at makipag-usap sa Kanya nang prangka at matalik sa pinakasimpleng wika - ang wika ng puso - at hilingin sa Kanya na tulungan tayong hanapin Siya at umasa sa Kanya upang pakalmahin ang ating mga puso at palayain tayo mula sa pagkabalisa at pagkayamot at mula sa lahat ng maaaring humadlang sa ating daan at subukang ilayo tayo sa ating espirituwal na layunin.

Huwag mong hayaang maging biktima ka ng mundo at ng mga patibong nito. Dapat mong kontrolin ang iyong buhay, gisingin ang iyong panloob na lakas, at patnubayan ang barko ng iyong buhay patungo sa ligtas na daungan.

Kapag inalis ng mga isipan ang alikabok ng kamangmangan at sinira ang mga tanikala na gumagapos sa kanilang mga kapangyarihan, sila ay magiging mas may kakayahang maging malikhain at positibong pakikipag-ugnayan sa buhay.

Kung ang isang tao ay hindi makikipaglaban sa isang taong mas malakas kaysa sa kanya, hindi siya magiging malakas. Gayundin, kapag hinarap mo ang iyong mga paghihirap nang may katapangan at espirituwal na lakas, ikaw ay nagiging mas malakas at mas matatag.

Huwag mong isipin na mahina ka at walang kakayahang harapin ang mga sitwasyon sa buhay, gaano man ito kahirap o kalupit. Pinagkalooban ka ng Diyos ng lakas upang malampasan ang bawat pagsubok sa araw-araw. Tandaan na gaano man kalaki ang iyong mga paghihirap, mayroon kang sapat na lakas upang harapin ang mga ito. Ang Diyos ay kasama mo at susuportahan ka hangga't naniniwala ka sa Kanya at nagtitiyaga nang may katapangan ng mga matatapang sa laban ng buhay.

Dumating na ang panahon para tukuyin ng sangkatauhan ang kanyang posisyon at magpasya sa landas na dapat nitong tahakin: alinman sa patungo sa kaguluhan at pagkawasak o patungo sa mas mataas na unibersal na mga mithiin na itinataguyod ng mga relihiyong Abrahamiko upang iligtas ang mga kaluluwa at ang mundo mula sa pagdurusa at mga kalamidad. Kung gagampanan ng sangkatauhan ang kanyang tungkulin ayon sa nararapat, at ginagabayan ng mga prinsipyo ng kabutihan, pag-ibig, at mabuting moralidad, tiyak na lilipas ang kadiliman at maglalaho ang kadiliman.

Mayroon kang mga kahanga-hangang kapangyarihan at mahahalagang talento na nakatago sa kaibuturan ng iyong pagkatao, ngunit hindi mo ginagamit ang mga ito. Nagsisimula kang maglakbay patungo sa mga abot-tanaw ng isang pinong buhay kung saan may tagumpay, kagalakan, at kapayapaan.

Kapag may nagsasabi sa akin na hindi niya kayang gawin ang ganito o ang ganoong trabaho, hindi ako naniniwala sa kanya, dahil kaya niyang gawin ang anumang balak niyang gawin kung ihahanda niya ang sarili niya para dito.

Nakita kitang binubungkal ang lupa ng aking kaluluwa gamit ang araro ng mga pagsubok at paghihirap, ikinakalat ang mga buto ng iyong karunungan sa mga tudling nito. Patuloy kong dinidiligan ang mga butong iyon, at nang sumikat ang araw ng iyong awa sa kanila, lumago at umunlad ang mga ito, na nagbubunga ng pinagpalang ani ng kasiyahan at kasiyahan.

Ang uod ng seda ay nag-iikot ng mga sinulid sa loob ng bahay-uod. Bago lumabas mula sa bahay-uod na iyon bilang isang paru-paro, madalas nitong matagpuan ang sarili na patay sa mala-seda na

bilangguan na nilikha nito. Ito rin ay naaangkop sa mga tao. Bago lumaki ang kanilang mga pakpak ng pag-unawa, hinahabi nila sa kanilang sarili ang mga sinulid ng takot, pagkabalisa, at kamangmangan hanggang sa dumating ang sakit at dumating ang oras ng pag-alis, at sa gayon ay dumating ang katapusan.

Madalas nating nasusumpungan ang ating mga sarili na nakakulong sa isang bilangguan na sarili nating kagagawan. Ano ang sanhi ng lahat ng pagdurusang ito? Ang ating sariling mga kaisipan at mga depektibong paraan ng pamumuhay, dahil kumikilos tayo bago pa man tayo mag-isip. Dapat nating palayain ang ating mga sarili mula sa mga kaisipan ng galit at pagkamakasarili, at mula sa isang buhay na walang disiplina at hindi naaayon sa ating mas matataas na mithiin. Ang lahat ng may espirituwal na ambisyon ay dapat palaging panatilihing dumadaloy ang kanilang enerhiya at malakas ang kanilang espiritu sa pamamagitan ng positibong pag-iisip, optimismo, at produktibong paggawa.

Ang hindi pagkatakot ay nangangahulugan ng pagkakaroon ng pananampalataya sa Diyos at sa Kanyang proteksyon, at pagkakaroon ng pananampalataya sa Kanyang katarungan, karunungan, awa, pag-ibig, at pagiging nasa lahat ng dako.

Walang proteksyon o seguridad sa labas ng Diyos. Dapat tayong bumaling nang lubusan sa Kanya kung nais natin ng seguridad at kapayapaan ng isip.

Ang mga taong iniisip lamang ang sarili nilang seguridad at ginhawa, nalilimutan o binabalewala ang mga pangangailangan ng iba, sa katunayan ay

nilalandi ang kahirapan na kanilang mararanasan balang araw.

Ang mga taong kumakapit sa kanilang kayamanan sa halip na gamitin ito sa mabubuting gawa ay hindi nagdadala ng kasaganaan sa kanilang buhay kabilang buhay; bagkus, sila ay ipinanganak na mahirap, hinihimok ng mga pagnanasa at pagnanasa ng mayayaman. Ngunit ang mga taong nagbabahagi ng kanilang kasaganaan sa iba ay umaakit ng kasaganaan at kasaganaan saanman sila magpunta.

Kapag kusang-loob kang nagbigay sa mga karapat-dapat, matutuklasan mo na ang Diyos ay laging kasama mo at hindi ka niya iiwan, at hindi ka mangangailangan ng anuman sa Kanyang tulong at pangangalaga. Kaya't magtiwala ka sa Diyos at ang Kanyang tulong ay darating sa iyo at ang Kanyang pangangalaga ay sasaklaw sa iyo.

O minamahal, banal na nakatago, ikaw ang bukal ng pag-ibig na dumadaloy mula sa puso ng pagkakaibigan, at ikaw ang mainit na sinag na nagbubukas ng mga usbong ng damdamin tungo sa mga sariwang rosas ng katapatan at malumanay na patulang kaisipan.

Tayong lahat ay mga tagapaghatid at tagatanggap ng damdamin: natatanggap mo ang mga iniisip ng iba sa pamamagitan ng iyong puso, na siyang sentro ng damdamin, at ipinapadala mo ang iyong sariling mga iniisip sa pamamagitan ng espirituwal na mata (sa noo sa pagitan ng mga kilay), na siyang sentro ng pokus at kalooban. Ang iyong antena ay nasa utak, ang sentro ng mas mataas, intuitibong kamalayan at persepsyon.

Ipagpalagay na wala ka sa iyong tahanan at gusto mong malaman kung ano ang nangyayari doon. Kung ang iyong mga pandama ay napakakalma at ang

iyong isip ay tahimik, mauunawaan mo ang mga damdamin at iniisip ng iyong pamilya sa bahay.

Kapag mayroon kang mahusay na kakayahang mag-concentrate, ang iyong mga iniisip ay maaaring tumagos kahit saan, at ang iyong mga pandama ay nagiging puno ng mahalagang enerhiya.

Lahat ng bagay sa sansinukob ay binubuo ng enerhiya o bibrasyon. Ang bibrasyon ng pagsasalita ay isang mas matinding manipestasyon o ekspresyon kaysa sa bibrasyon ng pag-iisip. Ang mga iniisip ng lahat ng tao ay umaagos sa eter. Dahil ang mga iniisip ay may mataas na antas ng bibrasyon, hindi pa ang mga ito nabubunyag. Sa kabutihang palad, hindi natin alam ang mga iniisip ng lahat ng tao!

Sa pamamagitan ng pagpindot o pagpihit ng mga radio button (at sa iba pang paraan nitong mga nakaraang araw), makakarinig ka ng iba't ibang himig at tunog. Kung hindi dahil sa likas na kamalayan sa loob ng mga patong ng eter kung saan naglalakbay ang mga radio wave patungo sa iyong receiver, maririnig mo sana ang lahat ng tunog na nai-broadcast nang sabay-sabay.

Nilikha ng Diyos ang ether at binigyang-inspirasyon ang isip ng tao na lumikha ng mga paraan ng pagpapadala at pagtanggap ng mga vibration sa pamamagitan ng midyum na ito. Ang mga radio wave ay umaasa sa ether para sa kanilang paglaganap at sa kuryente para sa pagpapadala at pagtanggap. Ang mga vibrating radio wave na ito ay mga ideyang ipinapadala sa kalawakan patungo sa anumang resonant receiver.

Kapag malapit ka sa isang mahal sa buhay, nararamdaman mo ang kanilang mga iniisip, ngunit maaaring hindi mo maramdaman ang mga iniisip ng isang taong nasa malayo maliban kung mayroon kang

mataas na antas ng pandama. Ang mga regular na nagsasagawa ng mga pamamaraan ng konsentrasyon at pagmumuni-muni ay nakakaranas ng malalim na katahimikan at ang kanilang mga iniisip ay nagiging mas pino bilang resulta ng pagsasanay na ito, na nagbibigay-daan sa kanila na madama ang mga iniisip at intensyon ng iba kahit na mula sa malayo!

Isang bisita ang nagtanong: "Hindi ba't ang karunungan ng mga banal ay bunga ng pagtanggap ng isang espesyal na biyaya mula sa Diyos?"

Sumagot ang gurong #Paramhansa:

"Hindi. Ang katotohanan na ang ilang tao ay nagtataglay ng hindi gaanong sagradong kaalaman kaysa sa iba ay hindi nangangahulugan na nililimitahan o nililimitahan ng Diyos ang daloy ng Kanyang biyaya sa sangkatauhan. Bagkus, ito ay dahil hinahadlangan ng karamihan sa mga tao ang daloy ng Kanyang patuloy na nagniningning na liwanag at pinipigilan itong sumikat sa kanilang mga kaluluwa."

Sabi ng isa sa mga disipulo, "Pupunta ako sa mga bundok para makasama ang Diyos nang mag-isa"

Sumagot ang gurong si Paramahansa:

"Hindi ka uuunlad sa espirituwal kung gagawin mo ito. Ang iyong isip ay kasalukuyang walang kakayahang magtuon nang malalim sa espiritu. Ang iyong mga iniisip ay kadalasang lilipat sa mga alaala ng mga tao at makamundong kasiyahan, kahit na magtago ka sa isang nakukutaang kuweba. Ang tapat at tapat na pagganap ng iyong mga tungkulin sa buhay na may pang-araw-araw na pagmumuni-muni ang pinakamahusay na paraan."

Mga espirituwal na kislap

Mayroon bang karaniwan at pangkalahatang layunin sa likod ng mga kilos ng mga naninirahan sa mundong ito?

Mayroon bang ibinahaging pangangailangan na nagtutulak sa ating lahat na kumilos?

Ang isang simpleng pagsusuri sa mga motibo at layunin ng tao ay nagpapakita na mayroong isang libo't isang layunin, ang ilan ay direkta at ang ilan ay hindi direkta, ngunit ang pangwakas na layunin ay nananatili upang makamit ang ganap na kaligayahan o kaligayahan.

Ang pangunahing layunin ng tao ay maiwasan ang sakit at kagustuhan at makamit ang pangmatagalang kaligayahan. Ibang usapan kung permanente nating maaalis ang sakit at kagustuhan at makakamit ang pangmatagalang kaligayahan. Ngunit ipinapakita ng katotohanan na tayo ay taimtim at patuloy na nagsisikap na makatakas sa pagdurusa at sakit at makamit ang kasiyahan o kaligayahan.

Bakit nagtatrabaho ang isang tao bilang isang baguhan sa isang kasanayang pangkasanayan?

Dahil gusto niyang maging eksperto sa isa sa mga larangan ng trabaho.

Bakit niya kailangang gawin ang trabahong iyon?

Dahil ba doon siya kumikita?

At bakit siya dapat kumita ng pera?

Dahil matutugunan niya ang kanyang mga personal at pamilyang pangangailangan sa pamamagitan ng pagkita nito.

At bakit dapat matugunan ang mga pangangailangang iyon?

Dahil ang ganitong pagsisiyasat ay nakakatulong upang maalis ang sakit at makamit ang kaligayahan

Samakatuwid, nakikita natin na ang pagtupad sa isang pangangailangan, pag-alis ng sakit, pisikal man

o sikolohikal, gaano man ito kaliit o kalala, at pagkamit ng kaligayahan ang bumubuo sa ating pangunahing layunin.

Hindi na kailangang magtanong pa tungkol sa dahilan ng pagkamit ng kaligayahan, dahil walang sagot diyan, at iyan ang ating pangunahing layunin.

Kaya't anuman ang uri ng ating trabaho o ambisyon—pagsisimula ng negosyo, pagkita ng pera, pakikipagkaibigan, pagsusulat ng mga libro, pagtatamo ng kaalaman, pamamahala ng mga kaharian, pagbibigay ng milyun-milyon, pagtuklas ng mga bansa, paghahangad ng katanyagan, pagtulong sa mga nangangailangan, o paghahangad na maging maibigin sa kabutihan ng sangkatauhan—kung susuriin natin ang ating tunay na layunin at isasaisip ito, ang paghahanap sa Diyos ay magiging isang lohikal at makatotohanang realidad, dahil ang Diyos ang kaligayahang pinagsisikapan nating makamit at hinahangad ng ating mga kaluluwa.

*** * ***

Kung may magtatakip ng mukha gamit ang maskara, malalaman mo pa rin na may tao roon. Gayundin, ang kalikasan ay parang isang malaking belo, na nababalot ng banal na presensya. Ang Diyos ay naroroon sa likod ng mga belo at maskara ng kalikasan, ngunit ang sangkatauhan ay sumusulyap nang panandalian at mababaw at hindi nakikita ang presensya ng nilalang na nakatago sa likod ng mga kurtina ng kalikasan.

Kung walang tulong mula sa Diyos, ang tao ay tiyak na mabibigo dahil ang lakas at karunungan upang manalo sa laban ng buhay ay nagmumula sa walang hanggang pinagmumulan.

Kapag ako'y nakaupo nang tahimik, tahimik, at masusing nagmumuni-muni, nakakaramdam ako ng

panginginig ng kagalakan sa aking pagkatao at naririnig ko ang Diyos na bumubulong, "Narito Ako"

Ang isip na ibinigay sa atin ng Diyos ay ang pasukan patungo sa langit: ang panlabas na pasukan ng kanyang kaharian, ngunit hindi ito ginagamit ng mga tao ayon sa nararapat.

Hindi natin kailangang maghintay hanggang sa lisanin natin ang Mundo para gamitin ang ating isipan sa paghahanap sa Diyos; ngayon na ang panahon, at narito na ang lugar. Ang mga hindi gumagamit ng kanilang isipan upang hanapin ang mga lihim ng buhay at ang mga misteryo ng pag-iral habang narito sa Mundong ito ay hindi na kailanman matatagpuan ang mga ito kahit saan pa.

*** * ***

Ang bawat tao ay isang pagpapahayag ng walang hanggang kapangyarihan ng Diyos at dapat ipakita ang ilang aspeto ng kapangyarihang iyon sa lahat ng kanilang nagagawa.

Ang mga taong may malay na nakikipag-ugnayan sa Diyos, na siyang Unang Sanhi o Unang Gumagalaw ng pag-iral, ang pinakamalapit sa paglutas ng misteryo ng buhay.

Kapag nais mong lumikha ng isang bagay, huwag umasa lamang sa mga panlabas na mapagkukunan, bagkus ay suriin muna ang iyong sarili at hanapin ang walang hanggang mapagkukunan. Ang lahat ng praktikal na pamamaraan para sa tagumpay, lahat ng imbensyon na kapaki-pakinabang sa sangkatauhan, pinong mga bibrasyon ng musika, at mga sagradong teksto ay nakatala sa mga arkibos ng Diyos.

Ang mga taong hindi sumusunod sa Diyos ay pumuputol ng sarili nilang linya ng buhay

Ang kalooban ng tao ay isang malaking tagalikha ng enerhiya, at sa pamamagitan ng paggamit ng lakas ng loob at pagnanais na ma-access ang mga

tunay na mapagkukunan ng enerhiya, ang isang tao ay mabilis na makakakonekta sa walang katapusang tagapamahagi ng mga panloob na puwersa.

Ang mga ayaw gawin ang kanilang pang-araw-araw na gawain ay nakakaramdam ng kakulangan ng enerhiya, habang ang masipag na manggagawa na nagtatrabaho nang may sigasig at kasigasigan ay nag-iipon ng kosmikong agos sa kanyang katawan at isipan.

*** * ***

Tungkulin ng isang tao na maghangad ng mga marangal na layunin. Ang pag-abala sa mga walang kabuluhan at walang silbi na bagay ay isang walang kabuluhang pag-aaksaya ng enerhiya ng pag-iisip.

Ang mga damo ay dapat bunutin mula sa hardin ng isipan at palamutian ng mga bulaklak ng banal na pag-ibig upang maakit nito ang magandang Diyos na umiibig sa kagandahan.

ang hardin sa lupa ng karunungan, dapat mong pasimplehin ang buhay at alisin ang mga komplikasyon. Sa pamamagitan ng pagsasagawa ng lahat nang may nakatutok at walang gambalang pag-iisip, masusuri mo ang iyong mga aktibidad, pinipili kung ano ang mahalaga at mahalaga, at itinatapon kung ano ang mababaw at hindi kailangan. Kapag nakumpleto na ang isang gawain, maaari mong ilayo ang iyong isip dito at gamitin ito upang ituloy ang iba pang malikhaing mithiin.

*** * ***

Madalas na may ibang iniisip ang mga tao habang gumagawa ng isang bagay, at hindi nila alam ang tamang paraan para ituon ang kanilang isip sa bagay na kanilang ginagawa.

Dapat tayong matutong mag-isip tungkol sa isang bagay sa bawat pagkakataon gamit ang lahat ng

ating kakayahang pangkaisipan. Ang ating buong atensyon ay dapat na nakatuon lamang sa iisang bagay na iyon.

Ang isang tao ay hindi dapat maging walang pakialam, kulang sa sigasig, at makaramdam ng katamaran at pabaya sa pagkamit ng mga bagay-bagay. Ang pagkamit ng mga bagay-bagay nang tamad at pabaya ay humahantong sa pagkawala ng sigla at dahil dito ay kabiguan at kalungkutan. Hindi siya dapat maging isang makinang sikolohikal lamang na nagpapagpatuloy sa sarili. Parang hayop na kumikilos ayon sa likas na ugali

Isang malaking pagkakamali para sa isang tao na hindi gisingin ang kanilang sarili at paganahin ang kanilang mga kakayahang pangkaisipan. Ipinagkaloob ng Diyos sa atin ang mga kakayahang ito at nais niyang gamitin natin ang mga ito nang matalino at maging lubos na mulat sa lahat ng ating ginagawa.

Dapat din tayong mag-isip nang mabuti bago gumawa ng anumang aksyon at gamitin ang ating isipan sa mga paraang makakatulong sa atin na lumago at maisakatuparan ang ating mahalagang pagkakaisa sa Makapangyarihang Lumikha. Ang lahat ng ating ginagawa ay dapat nakabatay sa makatwirang pangangatwiran at matalinong pagpapalano.

*** * ***

May metapora para sa isang karwaheng hila ng kabayo na minamaneho ng isang kutsero na may hawak ng renda. Ang metapora na ito ay kumakatawan sa kaluluwang nakasakay sa pisikal na karwaheng hinihila ng mga kabayo ng pandama. Ang pag-iisip ang may hawak ng renda, at ang malay na kalooban ang gumagabay. Ang may-ari ng karwahe ay napakahalaga, kasunod ang kutsero at ang mga

renda na kinakailangan upang kontrolin ang mga kabayo, pagkatapos ay ang mga kabayo mismo, at sa huli ay ang karwahe. Gayundin, ang kaluluwa ang pinakamahalaga, kasunod ang malay na kalooban, pagkatapos ay ang pag-iisip na kumokontrol sa renda, pagkatapos ay ang mga kabayo, at sa huli ay ang katawan.

Ang makamundong kaisipan na namumuno sa isang mahinang katawan sa buhay ay nagpapahintulot sa mga magulo nitong salpok na lumaganap nang laganap sa halip na palakasin ang pisikal na istruktura nito at pinuhin ang mga pandama nito sa pamamagitan ng paggamit ng pagpipigil sa sarili at paggabay sa mga ito nang may likas na pag-unawa tungo sa espirituwal na layunin nito kung saan umiiral ang lahat ng mga bagay na ito.

Habang naglalakad siya sa magaspang at matinik na landas ng mga pandama, sinira niya ang karwahe ng kanyang buhay at naligaw.

Ang naghahanap na naghahangad ng kaalaman sa sarili ay lubos na nakakaalam na ang pinakamahalagang layunin sa buhay ay ang taimtim na paghahanap para sa espirituwal na kaligayahan na nakatago sa kaibuturan ng kaluluwa, at kasabay nito ay natututong paunlarin ang kanyang nakatagong mga kakayahan sa pag-iisip o sikolohikal at pinuhin ang kanyang mga pandama upang patuloy na tahakin ang mga landas ng pag-unlad patungo sa ninanais na layunin, sinusubukang maiwasan ang pagkahulog sa mga patibong ng pisikal at sikolohikal na sakit.

Sa madaling salita, nauunawaan ng disipulo ang tamang paraan kung paano niya makakamit ang espirituwal na paglago sa lahat ng aspeto at antas.

Kung tungkol naman sa taong may maling akala sa mundo, ang tanging inaalala niya ay ang bigyang-

kasiyahan ang kanyang pisikal na mga pagnanasa at bigyang-kasiyahan ang kanyang mga kapritso, na binabalewala ang kanyang tungkulin sa pagpapaunlad ng kanyang mental at espirituwal na kakayahan.

*** * ***

Ang mga sakit sa nerbiyos ay maaaring gamutin. Ang mga dumaranas ng mga sakit na ito ay dapat suriin ang kanilang kondisyon at alisin ang mga mapaminsalang emosyon at negatibong kaisipan na unti-unting sumisira sa kanila.

Ang obhetibong pagsusuri ng mga personal na problema at pagpapanatili ng kahinahunan sa lahat ng sitwasyon at pangyayari ay susi sa pagpapagaling ng mga malalang kondisyon ng nerbiyos. Dapat maunawaan ng mga dumaranas ng nerbiyos ang kanilang kondisyon at mapagtanto na ang pag-iisip ng mga negatibong kaisipan ang ugat ng kanilang kawalan ng balanse at kawalan ng kakayahang harapin ang buhay.

Ang isang kalmado at relaks na katawan ay nagpapakalma sa mga nerbiyos at nagdudulot ng sikolohikal na kapayapaan

-

Paalala: Hindi ito nangangahulugan na hindi ka dapat kumonsulta sa mga espesyalista sa larangang ito, kaya naman ang paglilinaw na ito ay

*** * ***

Sa iba't ibang panahon at lugar, ang tao ay nakakuha, sa pamamagitan ng katwiran, ng maraming ideya tungkol sa buhay at kaluluwa.

Halimbawa, kapag ang isang miyembro ng isang sinaunang tribo ay sumakit ang ulo, inakala ng kanyang pamilya na ang kanyang kaluluwa ay nakatakas na mula sa kanyang katawan, kaya tinawag nila ang mangkukulam na doktor upang ibalik

ang kaluluwa sa kanya. Ang doktor ay pumupunta sa kagubatan upang hanapin ang kaluluwa, na kanyang natagpuan at dinadala pabalik sa isang kahon at ibinalik ito sa ulo ng pasyente, at ang sakit ng ulo ay nawawala ayon sa umiiral na paniniwala.

Sa ibang kultura, ang "pagbahing" ng isang maysakit ay ginagawa sa pamamagitan ng paglalagay ng mga kawit (mga kurbadong bakal na may matutulis na dulo) sa kanyang katawan upang ang kanyang kaluluwa ay hindi makatakas kapag siya ay bumahing, kundi masalo ng mga kawit!

Kung paanong ang ilang tao ay nakarating sa mga maling konklusyon tungkol sa pag-iisip ng tao dahil sa mga maling pamamaraan ng pag-iisip, ang iba naman ay nakarating - sa pamamagitan ng aktwal na persepsyon - sa isang naiiba, mas mayaman at mas mahusay na pag-unawa.

Alam natin na ang kaluluwa ay hindi katulad ng hininga dahil may ilang mga tao na nanatiling nasa koma nang matagal na panahon nang hindi humihinga, kaya pinatutunayan nito na ang kaluluwa ay hindi maaaring makulong sa hininga. Ang kaluluwa ay mas mataas kaysa sa hininga at mas mataas kaysa sa anumang iba pang kalagayan ng katawan.

Naniniwala man ang isang tao na siya ay isang espiritu o hindi, hinihiling pa rin sa kanya ng pangkalahatang batas na ipakita ang kanyang espirituwal na kalikasan.

Anuman ang kalagayan sa trabaho o buhay ng isang tao, ang kanilang kamalayan ay umuunlad at lumalawak tuwing ginagamit nila ang kanilang katalinuhan nang malikhain at produktibo. Ang bawat nakabubuo na kilos ay nakakatulong sa pag-unlad ng tao at nagpapalawak ng pag-unawa.

*** * ***

Mahilig akong magbasa, pero halos hindi ko mabasa ang dalawang pahina ay may kailangan na akong gawin, kaya naman pinalitan ko na ng meditasyon ang pagbabasa.

Habang sumisilip ako sa kaibuturan ng aking kaluluwa, lumilitaw ang mga nagniningning na liwanag at sumisikat ang pinakadakilang kagalakan, isang kagalakang sumasama sa akin sa buong araw. Ito ang aking naranasan sa aking buhay at ang nararanasan ng lahat ng nakikipag-ugnayan sa pinagpalang Panginoon sa bulong ng kaluluwa at sa pananabik ng puso.

Napakahalaga ng oras para sayangin. Nais ng Diyos na maging balanse tayo. Sinumang hahayaang maging hindi balanse ang kanilang buhay ay parurusahan ng pangkalahatang batas.

Kung mamumuhay ka nang simple, mag-eehersisyo araw-araw, magbabasa ng mahahalaga at kapaki-pakinabang na mga aklat, at linangin ang ugali ng pang-araw-araw na pagmumuni-muni sa Diyos, ang iyong mga pandama ay puputok sa kaligayahan, ang mahahalagang agos ay dadaloy sa iyong dugo, at ang mga selula ng iyong katawan ay mapupuno ng kagaanang at enerhiya na hindi mo pa naranasan noon. Matatanggap mo ang lahat ng kaalamang iyong hinahangad mula sa espiritu sa loob mo.

Ganito na ang buhay ko noon pa man. Hindi ako nakabasa ng dalawampung libro sa loob ng dalawampung taon. Hindi ko ito ipinagmamalaki, at kung hindi dahil sa pagkakaroon ng banal na espirituwal na kamalayan sa pamamagitan ng meditasyon, magiging ganap akong ignorante.

Kapag tumitingin ako ng isang libro, natutuklasan ko na ang mga katotohanang nakapaloob dito ay ipinahayag na sa akin ng Diyos

Ang lahat ng kahanga-hangang ideya at katotohanan ay nagmumula sa Diyos na Nakakaalam ng Lahat, at kung pagninilayan mo Siya, matatanggap mo nang direkta ang Kanyang karunungan.

Samakatuwid, ang pagbabasa ng mabubuting libro ay mas mainam kaysa sa pag-aaksaya ng oras sa mga walang kabuluhang gawain, at mas mainam kaysa sa pagbabasa ang pagmumuni-muni at pagtatatag ng kamalayan sa ganap na katotohanan, na siyang Diyos.

*** * ***

Maraming tao ang patuloy na nagbabasa ngunit walang maibibigay na mahalaga. Ang pinakamahusay na paraan upang magbasa ng isang libro ay ang pagnilayan ang nilalaman nito at tingnan kung paano ito magagamit sa iyong sariling buhay.

Mahalaga ring gamitin ang pag-unawa upang hindi basta-basta tanggapin ang lahat ng iyong nababasa. Dapat bigyang-kasiyahan ng iyong isipan at lohika ang iyong binabasa. Upang maging tunay na sulit basahin, dapat pasiglahin ng mga libro ang iyong pag-iisip, at sa gayon ay madarama mo ang pag-unlad at paglawak ng iyong isipan.

Ang mga hindi nagbabasa o nagninilay-nilay, ngunit namumuhay nang mababaw nang walang layunin o kahulugan, ay hindi nagkakaroon ng anumang malalim na pag-unawa o nakakakuha ng tiyak na kaalaman.

Ang pagkakaisa ay ginagawa tayong tugma at naaayon sa banal na kapangyarihan na nagbibigay-inspirasyon sa ating pag-iisip at nagniningning sa ating mga isipan gamit ang mga ilaw ng mas matataas na inspirasyon.

Ang meditasyon ay ang paraan upang maabot ang mas mataas na sarili

Nagagawang magkamali ang mga tao kung hindi sila nagbabasa, ngunit ang pagmumuni-muni ay mas mainam kaysa sa pagbabasa {Para sa mga taong nagmumuni-muni}

*** * ***

Mahalaga ang balanse sa bawat aspeto ng buhay. Maipapayo na panatilihing madaling makuha ang mga kapaki-pakinabang na babasahin at basahin ang mga ito sa oras ng paglilibang. Ang pinakamahalaga sa mga materyales na ito ay ang mga aklat na espirituwal, na sinusundan ng mga akdang siyentipiko, ilang kasaysayan, pilosopiya, seryosong panitikan, mga talambuhay ng mga dakilang tao, mga talambuhay sa paglalakbay, at anumang bagay na maaaring magpalawak ng abot-tanaw at magbigay ng malalim na inspirasyon.

Ang mga libro ay maaaring maging tapat na kaibigan, at kung ang iyong mga napili ay may mataas na kalidad, mas makikinabang ka rito.

Maaaring mahirap sa simula na maunawaan ang diwa ng mga espirituwal na turo at mga ideya ng mga dakilang palaisip, ngunit pagkaraan ng ilang panahon, makikita mo ang iyong sarili na nagninilay-nilay sa kanilang mga isinulat at nakikibahagi sa kanilang mga iniisip. Madarama mo na may natutunan kang mahalaga, dahil ang lahat ng matatalinong taong iyon ay humugot ng kanilang karunungan at kaalaman mula sa walang hanggang kayamanan ng karunungan ng Diyos—mga ideyang maaaring hindi mo kailanman naisip sa buong buhay mo.

*** * ***

Magaganda at masigla ang mga bulaklak at rosas, ngunit sa likod ng mga ito ay naroon ang isang hardin na may di-masukat na kagandahan at karilagan. Bagama't ang harding ito ay lubos na malinaw at

mahirap madama sa simula, kung matagos mo ang espirituwal na dimensyon sa pamamagitan ng pasukan ng espirituwal na mata, magagawa mong tuklasin ang ethereal na kaharian na iyon at magsaya sa mga kababalaghan nito.

Ako'y nananahan sa banayad na kaharian kung saan ang mga magagandang katangian at banayad, maselang mga kaisipan ay mas matamis at mas mabango kaysa sa anumang bulaklak o rosas sa lupa. Doon, ang bubuyog ng aking isipan ay patuloy na humihigop ng nektar ng banal na presensya.

Kapag itinuon natin ang ating pansin sa loob, at lalong namumuhay sa nakatagong mundong iyon sa loob natin, matutuklasan natin na ang ating mga espirituwal na katangian ay nagkakaroon ng mga espesyal na anyo na nagsisilbing mga bintana kung saan natin namamalas ang tamis ng Diyos na higit pa sa mailarawan at malikhain.

*** * ***

Sinumang makarinig o makabasa ng mga salitang ito ay nakakaalam na nagsasabi ako ng totoo

Kung ipapakita ko ang lahat ng kapangyarihang ibinigay sa akin ng Diyos, ang mga tao ay dadagsa sa akin hindi dahil sa pagmamahal sa Diyos, kundi dahil sa mga himala. Ngunit hindi ko hinahangad ang ganitong uri ng mababaw na pagkadisipulo. Dapat silang maakit hindi ng kapangyarihan, kundi ng pag-ibig ng Diyos, at iyon ang aking layunin sa buhay.

Kung hindi ko nakilala ang Diyos, hindi sana ako nagsalita nang ganito. At lahat ay maaaring makilala Siya kung nais nila.

Hindi ko sinusubukang hikayatin ang mga tao sa pamamagitan ng pag-apela sa kanilang mga emosyon, sa halip ay kinakausap ko ang kanilang mga isipan at tinutugunan ang kanilang lohika at pag-

unawa. Walang silbi ang bulag na pananampalataya. Dapat paganahin ng isang tao ang mga kakayahan ng pag-unawa na ibinigay sa kanila ng Diyos at huwag tanggapin ang mga bagay sa unang tingin lamang, sa halip ay unawain ang mga sanhi, epekto, at lohika sa likod ng kanilang mga espirituwal na oryentasyon at kasanayan.

Kung mayroon akong isang libong bibig, magsasalita ako sa kanilang lahat tungkol sa Diyos at sa kahalagahan ng pagbaling sa Kanya at pagkilala sa Kanya.

*** * ***

Hindi hinihiling ng Diyos sa tao na maging malungkot, matamlay, mapanglaw, o masimangot. Hindi ito ang tamang pagkaunawa sa Diyos, ni hindi rin ito ang tamang paraan upang makamit ang Kanyang pabor. Habang mas nararanasan ng isang tao ang kapayapaan, mas nadarama niya ang banal na presensya. Habang mas malaki ang kaligayahan ng isang tao, mas nagiging kasundo niya ang Diyos. Ang mga nakakakilala sa Diyos ay masaya dahil ang Diyos ang pinagmumulan ng pinakadakilang kagalakan.

Sinusubukan ng mga tao na makahanap ng kaligayahan sa alak, seks, at pera, ngunit ang mga pahina ng kasaysayan ay puno ng mga kwento ng kanilang mga nawasak na pag-asa at mga hindi natupad na pangarap. Ang oras na ginugol ko sa pagmumuni-muni ay naging lubhang mabunga ang aking buhay.

Ang banal na patnubay at karunungan ay nananahan sa espirituwal na kaligayahan

Kapag ang isang tao ay naaayon sa Diyos, kahit na magkamali siya nang hindi sinasadya, malalaman niya kung paano itatama ang pagkakamali, at kung magpahayag siya ng maling opinyon, itatama ito ng

Diyos at itatama dahil sa pagmamahal sa kanyang alagad.

*** * ***

Dapat magkaroon ng balanse sa pagitan ng espirituwal na kaalaman at ng mga likas na agham. Kung wala ang balanseng ito, ang mga indibidwal at mga bansa ay madadapa sa gitna ng paghihirap at pagkawasak. Kung ang mga pinuno ng modernong mundo ay naliwanagan sa espirituwal at nagtulungan, maaari nilang maalís ang digmaan at kahirapan sa mundo sa loob ng ilang taon.

Ang kamalayang espirituwal ay nangangahulugang kamalayan ng isang tao sa banal na presensya sa loob niya at sa lahat ng iba pang nabubuhay na nilalang.

Ang kamalayang iyon lamang ang makapagliligtas sa mundo, at kung wala ito, wala akong nakikitang pag-asa para sa kapayapaan. Simulan ng sangkatauhan sa sarili nito, dahil ang oras ay napakahalaga para sayangin.

Hinihiling sa atin ng tungkulin na gawin ang ating bahagi upang dalhin ang Kaharian ng Diyos sa Lupa

Marami ang nag-aalangan na hanapin ang Diyos, sa takot na ang buhay ay maging malungkot at walang sigla, walang kagandahan at kagalakan. Ngunit ang kabaligtaran ang totoo! Ang dalisay na kaligayahang natatamo ng mga tunay na nakakakilala sa Diyos sa perpektong pagkakaisa sa Kanya ay hindi masabi.

Ako'y nasa kalagayan ng espirituwal na kagalakan araw at gabi. Ang kagalakang iyon ay ang Diyos, at ang pagkilala sa Kanya ay nangangahulugan ng pagtatakip sa lahat ng kalungkutan at pagbabaon sa mga ito nang walang pagsisisi.

*** * ***

Sa kanyang pansamantalang pamamalagi rito, binibigyang-halaga ng tao ang palabas na ito. Ngunit hindi siya dapat labis na mabighani rito at sa walang katapusang mga pangyayari nito, sapagkat kung gagawin niya ito, ilalayo niya ang kanyang sarili sa Diyos, na patuloy na nagsisikap, sa lahat ng paraan at sa lahat ng paraan, na ilapit tayo sa Kanya mula sa Kanyang malaking pagmamalasakit sa atin at sa Kanyang napakalaking pagmamahal sa atin.

Inihaharap nito sa atin ang lahat ng mga himalang nais nating makita: ang mga kababalaghan ng lumalaking mga bagay at ang walang katapusang eksaktong kaayusan ng kalikasan.

Nasa likod ito ng mga bulaklak at rosas, at sinumang taos-pusong naghahanap nito ay tiyak na matatagpuan ito.

Ang mga natural na siyentipiko ay hindi nakarating sa kanilang mga natuklasan sa pamamagitan ng bulag na panalangin, kundi sa pamamagitan ng pagsunod sa mga batas ng empirikal na agham. Gayundin, sinumang taos-puso at taimtim na naglalapat ng mga batas ng espirituwal na agham ay awtomatikong matatagpuan ang Diyos sa kanilang tabi.

Panahon na para buksan ng tao ang kanyang espirituwal na mga mata at mapagtanto na ang paghahanap sa Diyos ay nangangailangan ng maalab at patuloy na pagnanais at maingat na pagsunod sa mga batas ng Diyos.

*** * ***

Tahimik na kumakatok ang Diyos sa mga pinto ng ating mga puso, tinatawag tayong bumalik sa Kanya, ngunit karamihan sa mga tao ay ayaw bumalik. Gayunpaman, kapag ang mundo ay dumidilim sa harap ng kanilang mga mata, at sila ay nababalot ng mga

problema o nabibiktima ng sakit, sila ay nagmamadaling manalangin sa Kanya at humingi ng tulong.

Ang mga nagpapatibay ng kanilang ugnayan ng pagkakasundo at pakikipagkasundo sa Diyos sa panahon ng kaligayahan at kasaganaan ay matatagpuan ang Diyos sa kanilang tabi kapag kailangan nila Siya. Ngunit ang mga nagpapaliban sa pagpapaunlad ng ugnayang ito ay hinahatulan ang kanilang sarili na harapin ang kanilang mga paghihirap at magsumikap sa kanilang mga pagsubok nang mag-isa hanggang sa sila ay—nang may karunungan at ganap na pagpapasakop—ay bumaling sa kanilang walang hanggang kaibigan at kumatok sa Kanyang mapagbigay na pinto.

Sa napakaraming tao ng sangkatauhan, kakaunti lamang ang tunay na humahanap sa Diyos. Nasaan na ang mga nag-aakalang sa kanila ang mundong ito dalawang daang taon na ang nakalilipas? Wala na silang lahat, at marahil iilan lamang, iyong mga bumaling sa Diyos at nakilala ang kanilang mga sarili, ang tunay na nakaunawa sa realidad ng buhay. Ngunit itinuturing ng bawat susunod na henerasyon na totoo ang buhay na ito!

*** * ***

Bago pa man tayo nakasama ng sinumang tao, sino ang kasama natin? Ang Diyos At kapag nilisan natin ang mundong ito, sino ang makakasama natin? Ang Diyos at wala nang iba Ngunit magiging mahirap Siyang makilala noon maliban kung magsisikap tayong kilalanin Siya ngayon Kung hahanapin mo ang Diyos nang taos-puso at malalim, matatagpuan mo Siya, at ang iyong katiyakan na Siya ay laging kasama mo ay titibay Ang mga alalahanin at ilusyon ay aalis sa iyo, at hindi ka na muling malilinlang

Ang lahat ng bagay sa mundo ay isang tukso upang akitin ang sangkatauhan palayo sa Diyos. Ngunit ang Diyos ay higit na kaakit-akit kaysa sa anumang tukso sa lupa. Kung makakakita ka man lamang ng kahit isang sulyap sa Kanya, matatanto mo ang katotohanang ito at mahahanap mo Siya sa pamamagitan ng panalangin, espirituwal na pagmumuni-muni, at matibay na determinasyon.

*** * ***

Ang templong pinakamamahal ng Diyos ay ang templo ng katahimikan at panloob na kapayapaan para sa kanyang mga tagasunod, kung saan sila pumapasok upang magnilay-nilay at makipag-usap, iniwan ang mundo at ang walang katapusang mga alalahanin nito.

Hindi tayo dapat mabigla sa patuloy na nagbabagong prusisyon ng sangkatauhan. Habang nagpapatuloy ang paglalakbay ng karaban ng panahon, sa wakas ay mapagtatanto mo na ikaw ay isang mahalagang bahagi ng mas dakilang nilalang. Kapag ang isang tao ay nagtatag ng isang templo ng kagandahan at espirituwal na kapayapaan sa loob ng kanilang sarili, mararamdaman nila ang presensya ng Diyos at mararamdaman ang Kanyang kalapitan. Kung hindi, ang mga ilusyon ng mundo ay marami, palaging naroroon, at ang mga alalahanin nito ay pumupuno sa ating mga puso.

Bawat isa sa atin ay kukunin mula sa mundong ito sa malao't madali, kaya naman dapat na nating maunawaan ngayon ang layunin ng buhay. Ang pangunahing layunin ng karanasan ng tao sa mundong ito ay ang himukin tayong hanapin ang kahulugan ng buhay. Gawing layunin ang pagkilala sa Diyos, at alamin na ang isang seryoso at taos-pusong paghahanap sa lihim ng buhay ay magliligtas sa iyo

ng maraming kahirapan at magliligtas sa iyo mula sa iba't ibang takot.

Ang takot sa kamatayan, pagkabigo, problema, o kalungkutan ay pumupukaw ng matinding takot sa isang tao. Kapag ang isang tao ay hindi matulungan ang kanilang sarili at ang kanilang pamilya at mga kaibigan ay hindi makapag-alok ng anumang tulong, ang kawalan ng pag-asa ay napupuno sa kanila, at ang mundo ay tila madilim sa kanila. Ngunit hindi nila kailangang maabot ang estadong iyon. Kung iniisip nila ang Diyos sa buong buhay nila at pinapanatili ang koneksyon sa Kanya, matatagpuan nila Siyang malapit sa mga oras ng kahirapan at mahihirap na araw.

*** * ***

Kung karamihan sa mga tao ay nakikitang hindi kaakit-akit ang isang tao, dapat nilang suriin ang kanilang sarili. Maaaring may ilang mga katangian ng personalidad na nakakainis. Marahil ay masyado silang madaldal, madaling makialam sa mga gawain ng ibang tao, o may tendensiyang sabihin sa iba kung ano ang mali sa kanila at kung paano nila dapat mamuhay, nang hindi tumatanggap ng anumang mga mungkahi para sa pagpapabuti ng sarili. Ito ay ilan lamang sa mga halimbawa ng mga sikolohikal na katangian na maaaring maging dahilan upang hindi tayo maging kaakit-akit sa iba.

Ang paniniwala sa Diyos at pagkakaroon ng pananampalataya sa Diyos ay dalawang magkaibang bagay. Ang paniniwala ay walang halaga maliban kung ating maranasan ito at mamuhay ayon dito. Ang paniniwalang nagiging karanasan ay nagiging pananampalataya, at ang matibay na pananampalataya ay hindi maaaring pabulaanan o kontrahin dahil ito ay isang intuwisyon at hindi

matitinag na paniniwala sa katotohanan. Ito ay isang dakilang kapangyarihan, at ang mga resulta nito ay agaran at kahanga-hanga. Ang pananampalataya ay gumagana nang may ganap na katumpakan at walang iniiwang puwang para sa pagkakamali.

*** * ***

Sa mga mata ng isang tao nakasalalay ang buong kasaysayan ng kanilang buhay, at hindi ito maitatago sa mga marunong bumasa nito. May mga matang espirituwal at mga matang makamundo na taksil, mga matang tuso at mga matang may kahalayan. Lahat ng ginagawa ng isang tao ay nakatala sa kanilang mga mata, at kung susuriin ko ang nakikita ko sa kanila, magugulat ang mga tao sa aking pananaw.

Dapat nating iwasan ang mga kilos na nagpaparumi sa isip at sumisira sa kaluluwa. Ang mga maling kilos ay lumilikha ng negatibo o masasamang pag-iisip na makikita sa hitsura at karakter ng isang tao. Sa halip, dapat tayong makisali sa mga kilos at pag-iisip na nagpapalago sa mga positibong katangiang ating ninanais. Ang mga nag-iisip ng mga katotohanang ito ay makakatuklas na ang kanilang buhay ay magiging kahanga-hangang maganda.

*** * ***

Bihirang magkamali sa pag-intindi sa atin ang mga tunay na kaibigan. Maaari kang makipag-usap nang prangka sa isang kaibigan nang hindi nagkakamali, ngunit ang isang pagkakaibigan ay hindi maaaring lumago at umunlad hangga't mayroong anumang pahiwatig o kahilingan mula sa isa't isa.

Ang pagkakaibigan ay mabubuo lamang sa pundasyon ng kalayaan at espirituwal na pagkakapantay-pantay. Samakatuwid, ang mga pakikipag-ugnayan sa pagitan ng mga kaibigan ay

dapat na nakabatay sa prinsipyong ito at kaugnay ng katotohanang ito. Kung aapihin mo ang isang tao, hindi mo mararanasan ang tamis ng kanilang pagkakaibigan.

Marami ang tumatahak sa landas ng buhay nang walang mga kaibigan, hindi ko maisip kung paano nila nagagawang magpatuloy!

Bihirang magkamali ang mga tunay na kaibigan sa ating pagkakaintindi, at kung sakaling magkamali man sila, panandalian lamang ito. Kung may magtaksil sa iyong tiwala at katapatan, patuloy na ibigay sa kanila ang iyong pagmamahal at pag-unawa na parang walang nangyari, tulad ng paggusto mong makatanggap ng tiwala at katapatan bilang kapalit.

Ngunit kung ang taong iyon ay patuloy na kumikilos nang may paghamak at poot sa iyo, at patuloy na ipinapalo ang kamay ng pagkakaibigan sa kanya, mas makabubuting bawiin mo muna ang iyong kamay nang ilang sandali.

*** * ***

Bawat isa sa atin ay kukunin mula sa mundong ito sa malao't madali, at samakatuwid ay dapat nating maunawaan ang layunin ng buhay ngayon.

Ang pangunahing layunin ng karanasan ng tao rito ay ang pasiglahin at hikayatin ang paghahanap sa kahulugan at layunin ng buhay. Ang paglalakbay na ito ng tao ay hindi dapat bigyan ng labis na kahalagahan. Habang nagpapatuloy ang paglalakbay ng panahon, kalaunan ay matatanto natin na tayo ay bahagi ng isang mas dakilang pag-iral, at samakatuwid, dapat nating gawing pangunahing layunin ang kaalaman sa Diyos.

Ang takot sa kamatayan, pagkabigo, problema, o masasakit na kalungkutan ay pumupukaw ng matinding takot sa isang tao

Kapag ang isang tao ay hindi matulungan ang kanyang sarili, at kapag ang kanyang pamilya ay hindi makapag-alok ng tulong, ang kanyang sikolohikal na kalagayan ay hindi nakakainggit. Ngunit hindi pababayaang ng Diyos ang mga naniniwala sa Kanya at nagtitiwala sa Kanyang kakayahang tulungan sila.

Bago pa man tayo nabubuhay, kasama na natin ang Diyos. At kapag lumisan tayo sa mundong ito, makakasama natin ang Diyos.

Ngunit hindi natin makikilala ang Diyos maliban kung magsisikap tayo ngayon at taos-pusong makipag-ugnayan sa Kanya at mapalapit sa Kanya.

*** * ***

Noong mga unang taon ko, dumanas ako ng matinding sensitibidad, at dahil dito, ako ang pinakamatinding nagdusa.

Ito ay isang proseso ng pagpapahirap sa sarili. Dahil napakasensitibo ko, tila nasisiyahan ang iba na inisin ako at agawin ang aking kapayapaan ng isip.

Huwag mong hayaang agawin ng kahit sino ang iyong kapayapaan

Ang aking pagkayamot ay hindi lamang dahil sa panunuya at pangungutya ng iba; ito rin ay nagmula sa aking pagiging sensitibo sa kanilang mga komento. Natuklasan ko na habang mas nakikipagtalo ako sa aking mga kritiko, mas lalo nila itong nasisiyahan.

Sa wakas, napagpasyahan kong walang sinuman ang makakasira sa aking panloob na kapayapaan, at sinabi ko sa aking sarili: "Hayaan mo silang pumuna hangga't gusto nila, ngunit hindi ko na papansinin ang kanilang mga kritisismo"

At iyon nga ang nangyari. Hindi ko pinansin nang tuluyan ang kanilang hindi patas at masasakit na komento, na para bang wala lang sila. Unti-unti,

nawalan sila ng gana na kutyain ako at naging kaibigan ko sila; ang ilan ay sumunod pa sa aking mga yapak.

Walang saysay ang humingi ng kabaitan at respeto mula sa iba; bagkus, dapat tayong maging karapat-dapat dito.

Kung tayo ay tapat sa iba, magpapakita sa kanila ng respeto, at susuklian ang kanilang kabaitan at pagmamahal, palagi nila tayong pakikitunguhan nang may respeto.

Hindi natin dapat paralisahin ang mabuting kalooban ng iba sa atin gamit ang ating labis na pagiging sensitibo kapag pinupuna nila tayo nang may konstruktibo, bagkus ay dapat tayong makipagtulungan sa lahat ng nagsisikap na tumulong sa atin.

*** * ***

Ang mundong ito ay palaging makakaranas ng mga problema at kaguluhan. Sa halip na magpadala sa takot at pagkabalisa, ang tao ay dapat bumaling sa Diyos at makamit ang kapayapaan, seguridad, at kaligtasan, hindi lamang para sa kanyang sarili kundi pati na rin para sa kanyang mga mahal sa buhay na ipinagkatiwala ng Diyos sa kanyang pangangalaga.

Huwag tayong masyadong maging interesado sa mga pangarap ng panandaliang buhay na ito, bagkus ay maging malapit sa Diyos.

Sa labas ng Diyos, walang seguridad kahit saan. Dapat nating kilalanin ang ating koneksyon sa Diyos upang maalís natin sa ating mga sarili ang mga ilusyon nang tuluyan.

Sa pamamagitan ng pagmumuni-muni sa Diyos, nadarama natin ang Kanyang masayang presensya at naaalís ang mga bangungot sa buhay

*** * ***

Isang ehersisyo upang marelaks ang katawan at pakalmahin ang isip:

Pahigpitin nang katamtaman ang mga kalamnan ng iyong katawan gamit ang lakas ng loob. Gamit ang lakas ng loob, idirekta ang puwersa ng buhay (habang nasa proseso ng pag-igting ng kalamnan) upang mapuno ng aktibidad ang katawan o anumang bahagi ng katawan.

Nararamdaman ko ang enerhiyang nanginginig, pumipintig, nagpapagana sa katawan at nagbibigay-buhay dito nang may sigla

Magrelaks at damhin ang isang daluyong ng buhay at enerhiya na dumadaloy sa mga selula at tisyu ng iyong katawan

Pakiramdam ko ay hindi ikaw ang katawan, kundi ang buhay na sumusuporta sa katawan

Damhin ang kapayapaan, kalayaan, at dagdag na katahimikan na kaakibat ng pagsasanay na ito

*** * ***

Kung ikaw ay ginagabayan ng banal na kamalayan, kahit na tila malungkot ang hinaharap, ang mga bagay-bagay ay bubuti pa rin at hindi ka mabibigo hangga't ikaw ay lumalakad sa liwanag ng Diyos at ginagabayan ng Kanyang patnubay.

Dapat nating alisin ang ideya na ang Diyos, taglay ang lahat ng kanyang kamangha-manghang kapangyarihan, ay nasa malayong langit, at na tayo ay mahina at nababaon sa ilalim ng mga tambak ng kahirapan at problema sa mundong ito.

Tandaan natin na hindi tayo nag-iisa, na sa likod ng ating kalooban bilang tao ay nakasalalay ang dakilang kalooban ng Diyos, at sinumang taos-puso at tapat na humingi ng tulong ay tiyak na matatanggap ito.

*** * ***

Lahat ng bagay sa sansinukob ay magkakaugnay at malapit na nakaugnay sa iba

Sa pamamagitan ng wastong paggamit ng talino ng tao na ipinagkaloob sa atin ng Diyos, nauunawaan natin na ang lahat ng buhay ay konektado sa Kataas-taasang Kaisipan.

Maaaring minsan nating isipin na tayo ay isang laruan sa kamay ng kapalaran, ngunit kapag pinakawalan natin ang ating kamalayan lampas sa limitado at mapanlinlang na mga anyo at sinubukan ang lawak ng ating kamalayan at pag-unawa, napagtanto natin na sa loob natin ay mayroong isang kislap ng banal na kapangyarihan na lumilikha at nagpapanatili sa lahat ng buhay, at naghihintay itong magising.

*** * ***

Ang inferiority complex ay nagmumula sa isang nakatagong kamalayan sa isang tunay o pinaghihinalaang kahinaan.

Sa pagtatangkang mabawi ang kahinaang iyon, maaaring gamitin ng ilang tao ang kalasag ng huwad na pagmamataas at magmalaki sa kayabangan.

Ang mga hindi nakakaalam ng tunay na dahilan sa likod ng abnormal na sikolohikal na estadong iyon ay maaaring magsabi na ang tao ay mayroong superiority complex.

Ang parehong mga komplikadong ito ay nagpapahiwatig ng panloob na kawalan ng pagkakaisa at mapanira sa paglago ng sarili. Ang mga ito ay ipinanganak mula sa imahinasyon at pagwawalang-bahala sa katotohanan, at walang koneksyon sa kalikasan ng makapangyarihang kaluluwa.

Ang tiwala sa sarili ay dapat maitatag sa pundasyon ng mga tunay na tagumpay at ang

pagkaunawa na ang mga naliwanagang kaluluwa ay walang kakulangan dahil sila ay mayaman sa Diyos.

*** * ***

Ang sistemang nerbiyos ay may dalawang tungkulin:

Ang sistemang nerbiyos ay nagpapahintulot sa atin na makipag-ugnayan sa mundo. Natuklasan ng mga sinaunang yogi na ang sistemang nerbiyos ay nagsisilbi ring ikonekta ang mga tao sa Diyos.

Ang puwersa ng buhay sa katawan ng tao ay karaniwang dumadaloy palabas, mula sa utak at spinal cord patungo sa mga nerbiyos patungo sa mga pandama at sa kanilang mga panlabas na karanasang pandama.

Kapag ang puwersa ng buhay na iyon ay kontrolado - sa pamamagitan ng meditasyon - binabaligtad nito ang daloy nito papasok sa halip na palabas, at hinihila ang kamalayan kasama nito patungo sa mga malinaw na ehe o sentro kung saan naninirahan ang espirituwal na persepsyon at kaalaman sa Diyos.

Ang nerbiyos—na labis na pagpapasigla ng mga nerbiyos—ay naghihigpit sa kamalayan ng katawan, habang ang katahimikan ay umaakit sa banal na kamalayan

Kapag nagmumuni-muni ka at pinapatay ang panlabas na enerhiya ng nerbiyos at pinakakalma ang iyong sarili, ang puwersa ng buhay ay umaalis mula sa mga pandama patungo sa mga sentro ng espirituwal na kamalayan, at isang koneksyon ang naitatatag sa pagitan ng iyong sistema ng nerbiyos at mas mataas na kamalayan, kaya nararamdaman mo ang banal na presensya at nasa lupain ng liwanag na lampas sa lugar ng pagtulog at kawalan ng malay.

*** * ***

Marami ang interesado sa kasariwaan ng kabataan, dahil sa isang paraan o iba pa, lahat ay naghahanap ng "bukal ng walang hanggang kabataan," ngunit ano nga ba ang kabataan?

Hindi lahat ng kabataan ay kinakailangang bata, dahil ang ilan ay talagang matanda na at mukhang mas mahina kaysa sa kanilang aktwal na edad. Sa kabaligtaran, may ilang matatanda na nananatiling kabataan sa kabila ng kanilang katandaan. Pinapanatili nilang matalas ang kanilang mga isipan, ang kanilang sigla ay dumadaloy mula sa kanilang masiglang espiritu patungo sa kanilang mga katawan at mukha, at ang kanilang dugo ay dumadaloy sa kagalakan ng buhay.

Sa kabaligtaran, may mga taong negatibo, sumpungin, nalulumbay, kritikal, at nakapanghihina ng loob, na para bang sila ay pumanaw na - nawa'y humaba pa ang inyong mga buhay.

Walang dahilan para sa mga maling sikolohikal na kalagayan. Dapat tayong laging maging positibo, optimistiko, puno ng buhay at enerhiya, nagpapasalamat sa mga pagpapala ng Diyos, at nalulong sa isang pag-agos ng espirituwal na kabataan na nagmumula sa kaibuturan ng ating pagkatao.

*** * ***

Mga kapatid ko sa mundong ito, tandaan ninyo na ang Diyos ay iisa at tayong lahat ay miyembro ng isang pangkalahatang pamilya. Kaya naman, dapat tayong gumamit ng mga nakabubuting paraan upang magtulungan—sa materyal, moral, pinansyal, at espirituwal—upang tayo ay maging huwarang mamamayan ng mundong ito.

Kung ang bawat indibidwal sa isang lipunan na may 1,000 katao ay gagamit ng pandaraya, panlilinlang, at pakikipaglaban upang pagyamanin

ang kanilang sarili sa kapinsalaan ng iba, ang bawat isa ay magkakaroon ng 999 na kaaway. Gayunpaman, kung ang bawat tao ay susubukang makipagtulungan at makipagtulungan sa iba, sa halip na laban sa kanila, ang bawat isa ay magkakaroon ng 999 na kaibigan.

Gayundin, kung ang lahat ng bansa ay magtutulungan dahil sa pagmamahalan, ang mundo ay magiging mapayapa at magkakaroon ng maraming pagkakataon upang matugunan ang mga pangangailangan ng bawat isa at mapabuti ang kanilang kagalingan.

*** * ***

Ang mga nakamit ang espirituwal na kaliwanagan ay nagpapakita ng mga huwarang katangian ng kapwa pagkalalaki at pagkababae. Kapag ang isang tao ay nakakamit ng perpektong balanse sa pagitan ng talino at emosyon, natutunan nila ang isa sa pinakamahalagang aral kung bakit sila naparito sa mundong ito. Dapat mapagtanto ng isang tao na ang kanilang mahalagang kalikasan ay espirituwal, hindi pisikal.

Kapag ang isang lalaki at isang babae ay tinitingnan lamang ang isa't isa bilang isang paraan upang masiyahan ang kanilang mga pagnanasa, nanganganib silang masira ang pagkakasundo at mawala ang tunay na kaligayahan. Dapat iparamdam ng isang lalaki sa isang babae na hindi lamang ito kasama niya upang matupad ang kanyang mga senswal na pagnanasa, kundi bilang isang katuwang at kasama na kanyang pinahahalagahan, iginagalang, at itinuturing na isang pagpapahayag ng pinakamaganda at pinakamalalim na kahulugan ng buhay. Dapat ding tingnan ng isang babae ang isang lalaki sa parehong paraan.

Kapag ang mag-asawa ay nagmamahalan nang may dalisay at tapat na pagmamahal, nararanasan nila ang ganap na pagkakatugma sa pisikal, mental, at espirituwal na antas.

Kapag ipinahayag nila ang kanilang pag-ibig sa isang pinong paraan, ang resulta ay isang matagumpay na pagsasama at panibagong kaligayahan.

*** * ***

Kapag ang isang tao ay hindi masaya sa buhay, lubos niya itong nalalaman sa kaibuturan ng kanyang puso. Iisa lamang ang direktang landas tungo sa kaligayahan, at iyon ay sa pamamagitan ng pakikipag-ugnayan sa Diyos.

Hindi kailanman pababayaan ng Diyos ang mga nagtitiwala sa Kanya, ni hindi Niya bibiguin ang mga nagmamahal sa Kanya

Ang mga may espirituwal na pananaw ay kayang balangkasin ang landas at ituro ang mga balakid at patibong, ngunit ang mga seryosong naghahanap ay dapat magsikap at tahakin mismo ang distansya. Ang espirituwal na pagkakasundo sa mga may tunay na koneksyon sa Diyos ay nag-aalok ng espirituwal na benepisyo sa mga nagnanais na tahakin ang landas at maabot ang ninanais na layunin.

*** * ***

Kapayapaan ng isip

Kapag nawawala ang init ng nag-aalab na mga alalahanin

Lumilitaw ang katahimikan, nagdadala ng kapayapaan at katahimikan

Ito ang puting palo ng bangka ng buhay

Ito'y puno ng simoy ng walang hanggang kaligayahan, malaya sa kasabikan

**Kaya't dahan-dahan niyang itinulak ang bangka
sa ibabaw ng Lawa ng Al-Rida**

**Ang katahimikan ay ang banayad na daloy ng
kasiyahan patungo sa dagat ng kapayapaan, hindi
naaapektuhan ng mga alon ng pag-aalala. Ito ang
payong ng kaluluwa, na kumakalat sa isip at puso ng
tao upang protektahan ang mga kagalakan ng
kanyang buhay, maliit man o malaki, mula sa mga
ulan ng takot at pagkabalisa.**

**Ito ang makalangit na nota na nagmumula sa lira
ng buhay. Ito ang sagradong asin sa hapag ng buhay,
ang tilamsik na lumilipad mula sa mga talon ng
tagumpay, at ang kahanga-hanga at mapayapang
kalooban kung saan ang kaharian ng kaluluwa ay
pinamamahalaan nang may pagkakaisa at
pagkakasundo.**

**Ang katahimikan ay hindi eksklusibo sa mga liblib
na lugar na mapagtataguan**

Wala ring takas sa gulo at ingay

**Bagkus, dumarating ito kung saan tinatanggap ito
ng mga puso**

**At nananatili siya kung saan nakakatagpo ng
ginhawa ang mga kaluluwa sa kanya**

Kahit ano pa ang oras at lugar

Ito ay isang maselan at marupok na bulaklak

**Hindi nito kayang tiisin ang magaspang na
paghawak**

**Bagkus, ito ay nabubuhay, namumulaklak, at
yumayabong**

**Kung ito ay dinidiligan ng sariwa at dalisay na
tubig**

**Ang katahimikan ay isang tahimik na lawa ng
damdamin**

Malaya mula sa mga kulubot ng kalungkutan

Siya na lumuluha ng takot

**Para sa kahit kaunting pahiwatig ng pagkabalisa
at pagkabalisa**

**Kapag natakpan na ang pahina ng mapayapang
kaluluwa**

**Isang patong ng dalisay at matingkad na puting
niyebe:**

**Ang niyebe ng katahimikan at kapayapaan ng isip
Ang mga bagyo ng takot at ang mga bagyo ng
pag-aalala ay hindi mananaig**

**Nakakagambala sa kapayapaan at katahimikan
Sa ilalim ng matigas at makintab na patong na ito
Para sa pinagpalang, nagniningning na liwanag
na ito**

*** * ***

**Ang pagkakaibigan ang pinakadalisay na anyo ng
banal na pag-ibig**

**Dahil ito ay nagmumula sa malayang pagpili ng
puso**

**Hindi ito ipinapataw sa atin ng likas na ugali ng
pamilya**

**Ang mga perpektong kaibigan ay hindi kailanman
naghihiwalay**

**Walang makakaputol sa ugnayan ng kanilang
pagmamahalan bilang magkakapatid**

**Ang kayamanan ng pagkakaibigan ang
pinakamahalagang pag-aari**

**Dahil ang tunay na pagkakaibigan ay kaakibat ng
kaluluwa**

**Higit pa sa mga hangganan ng mundong ito
Lahat ng mga kaibigan na ating kasama sa mga
bigkis ng pagmamahal**

**Magkikita tayong muli sa tahanan ng langit
Dahil ang tunay na pag-ibig ay hindi kailanman
namamatay**

*** * ***

Marami ang dumarating sa espirituwal na landas, ngunit ang mga nagtitiyaga hanggang wakas ay makakatikim ng espirituwal na kaligayahan at magtatamasa ng tunay na kapayapaan.

Ang mga tapat na disipulo—na natatanto na ang madilim at maputik na landas ng mundo ay humahantong sa pagkabigo at pagkadismaya—ay bumabaling sa Diyos at hinahanap Siya nang buong katapatan, at wala silang pag-aalinlangan sa Kanyang kakayahang iligtas sila at aliwin sila.

Makatanggap man ang naghahanap ng nasasalat na tugon mula sa Diyos o hindi, hindi niya nawawala ang kanyang tiwala sa Kanya, bagkus ay patuloy siyang nananalangin sa Kanya nang buong puso, natitiyak na dinirinig Niya ang kanyang pagsusumamo at tutugon Siya sa tawag ng puso sa tamang panahon.

*** * ***

Napatunayan na ng agham na ang bawat partikulo ng materya ay hindi masisira, at ang bawat alon ng enerhiya ay hindi masisira.

Ito rin ay naaangkop sa tao mismo o sa kanyang imortal na espirituwal na kakanyahan.

Ang materya ay napapailalim sa pagbabago, at ang kaluluwa ng tao ay nakararanas ng mga nagbabagong karanasan

Ang pangwakas na pagbabago ay tinatawag na kamatayan, ngunit ang kamatayan o pagbabago ng anyo ay hindi nagbabago o sumisira sa espirituwal na esensya.

*** * ***

O Panginoon ng sansinukob at Minamahal ng mga puso, nawa'y samahan kami ng Iyong pangangalaga. Kilalanin namin na Ikaw ang nag-iisa at tanging Banal na Hari, na nakaluklok sa trono ng aming mga mithiin.

**Sa kabila ng pintuan ng buhay at kamatayan,
Ikaw, O Panginoon, ang tanging at sukdulang layunin
Ikaw ang totoong buhay, at walang mabubuhay
kung wala ka**

**Pagpalain tayo upang makakita tayo ng mabuti,
makarinig ng mabuti, at makapag-isip ng mga
kaisipang nagbibigay-inspirasyon at kapaki-
pakinabang**

**Ang mga mapagpakumbaba ang siyang dakila sa
mundo**

**Dapat hanapin mismo ng naghahanap ang Diyos,
dahil walang sinuman ang makapagbibigay sa kanya
ng kaalamang iyon; sa halip, dapat siyang
magtrabaho upang makamit ang sukdulang
gantimpala.**

**Kapag ang isang naghahanap ay gumawa ng
matatag na desisyon na hanapin ang Diyos at
pinagsama ang determinasyong iyon sa seryosong
pagmumuni-muni, matatagpuan niya Siya.**

**Kapag nahawakan mo ang banal na presensya,
nalalampasan mo ang batas ng sanhi at bunga**

**Ang kaligayahang inaakala at hinahanap ng tao
ay matatagpuan sa Diyos, at ang mga nakikipag-
ugnayan sa Kanya ang siyang tunay na maligaya.**

**Pagpalain Mo kami, Panginoon, upang maiukol Ka
namin sa aming buhay ang aming unang lugar at
upang hindi namin hayaang ang mga tukso ng mundo
ay makipagkumpitensya sa Iyong pag-ibig sa aming
mga puso.**

**Buksan natin ang ating mga puso sa banal na
pag-ibig upang makapasok ito sa ating buhay,
mapuno ito ng liwanag, at palamutian ito ng mga
rosas ng kaligayahan.**

**Ang bawat mabuting gawa na ating ginagawa ay
isang matagumpay na puhunan magpakailanman**

Sa likod ng limitadong kamalayan ng tao ay nakasalalay ang walang hanggang kapangyarihan ng Diyos

**Ang simpleng buhay ay nagbibigay ng kalayaan
Kapag ang mga iniisip ay kalmado, nagiging posible na makinig sa banal na programa sa pamamagitan ng radyo ng pananabik. At kapag taglay natin ang katapatan, naaakit natin ang mga taong tapat sa atin, at sa pamamagitan nila, nararanasan natin ang kabutihan at pagmamahal ng Diyos.**

*** * ***

Kahit gaano pa katanda, kung sasabihin mong "kaya ko" bata ka pa.

Ang isip na ibinigay sa atin ng Diyos ay isang makapangyarihang kasangkapan at nais Niyang gamitin natin ito sa paggawa ng mabuti

Habang lalo kong pinagninilayan ang Diyos sa aking kalooban, mas lalong lumilitaw ang Kanyang presensya sa mundong nakapaligid sa akin.

*** * ***

Pagpalain mo kami, O Panginoon, at ibigin Ka namin nang may dakilang pagmamahal

Upang aming malasap ang iyong presensya at mabighani sa iyo

Araw-araw ng ating buhay

Upang ang mundo at ang mga tukso nito ay hindi makamtan ang ating mga puso

O kaya'y ilihis ang atensyon namin at pigilan kaming isipin ka

Pagpalain mo kami upang kami ay mabuhay sa bawat araw sa iyong liwanag at kapayapaan

Hinahanap-hanap ka namin at sabik na naghihintay sa iyong pakikipag-ugnayan

Sa halip na maging sabik sa mga makamundong bagay na walang permanente

Ituro mo ang takbo ng aming buhay patungo sa iyo

**Kaya kapag sumubok ang masasamang gawi
Upang angkinin tayo at itali ang ating kamalayan
sa mga limitasyon ng mundong ito**

**Ang aming mga ideya ay mabilis na lumilipad
patungo sa iyo**

**Ang mundo, Panginoon, ay lumilikha ng
pagkabalisa sa loob namin**

**Habang nagmumuni-muni ka
Nagdudulot ito ng seguridad at kapayapaan ng
isip sa ating mga kaluluwa**

**Ikaw ang aming buhay
At ikaw ang aming minamahal
At ang tamis ng ating presensya
Nang may pinakamalalim na debosyon, yumuyuko
kami sa Iyo**

**O Panginoon ng aming mga puso
Hinihiling namin na punuin mo ang aming buhay
ng iyong pagmamahal**

**At upang ipakita ang iyong sarili sa amin
At sa lahat ng iyong mga tagasunod at mahilig
Buddha at ang kanyang minamahal: Master**

#Paramhansa

Mas maraming lektura mula sa guro

Paramhansa Yogananda

Sa sumusunod na link:

www.swaidayogacom

**Sa India, si Buddha ay itinuturing na isang banal
na pagkakatawang-tao. Nabuhay siya mga limang
daang taon bago si Hesukristo at anak ng isang
haring Indian.**

Pinalibutan ng ama ni Gautama (na kalaunan ay nakilala bilang Buddha, na nangangahulugang "ang naliwanagan") ang kanyang prinsipeng anak mula pa sa pagsilang ng lahat ng luho at kagandahan, na binibigyan siya ng walang hanggang pagpapalayaw. Sinasabing ang kasal ni Gautama ay napakaganda at maluhong hindi pa nasaksihan ng mga sinaunang kaharian ang katulad nito.

Sa ganitong paraan, lumaki at naging ganap na binata si Gautama, naniniwalang ang mundo sa kanyang paligid ay isang lugar ng walang hanggang masasayang okasyon at walang katapusang masasayang pangyayari.

Ngunit sabik si Prinsipe Gautama na tuklasin ang mundo sa kabila ng mga pintuan ng palasyo at malalagong hardin. Isang araw, lumabas siya nang nakabalatkayo kasama ang kanyang kutsero ng karwahe upang makita mismo ang mundo.

Labis na nagulat at labis na naapektuhan ang guwapong binata nang makita niya sa unang pagkakataon sa kanyang buhay ang isang matanda at mahinang matandang lalaki, at isa pang taong naghihingalo na, pati na rin ang isang walang buhay na bangkay.

Tiningnan niya ang malusog at masiglang katawan nito at tinanong ang piloto kung ang katawan din nito ay tatanda, mabubulok, at mawawalan ng kislap ng buhay balang araw. Atubili na sumagot ang piloto:

"O Prinsipe, lahat ng katawan ng tao ay madaling kapitan ng sakit, panghihina, at pagtanda, at samakatuwid ang kanilang kapalaran ay kamatayan"

Nang marinig ito, seryosong pinag-isipan ng batang prinsipie ang mga ilusyon ng buhay sa lupa. Isang gabi, habang natutulog ang kanyang asawa at nag-iisang anak na lalaki, sinulyapan sila ni Gautama sa huling pagkakataon, at habang lumuluha, nilisan niya ang palasyo upang hanapin ang katotohanan na magpakailanman ay magpapalaya sa sangkatauhan mula sa kalungkutan at sakit at magbibigay sa kanila ng tunay na pag-unawa sa misteryo ng buhay at kamatayan.

Ang prinsipie ay nagsagawa ng maraming anyo ng asetisismo at pagtanggì sa sarili. Sinasabing gumugol siya ng pitong taon sa pag-aayuno at iba pang mga espirituwal na gawain. Sa wakas, habang nagmumuni-muni sa ilalim ng puno ng banyan (igos) sa rehiyon ng Bodh Gaya sa India, nakamit niya ang ganap na kaliwanagan.

Pagkatapos ay ipinagpatuloy niya ang normal na pagkain upang mapangalagaan ang kanyang katawan at ipinalaganap sa buong India ang mga prinsipyo ng habag at pantay na pagmamahal para sa lahat ng nabubuhay na nilalang—tao, ibon, at hayop. Nagpayo rin siya laban sa pagkapit sa mga makamundong bagay sa pag-asang makamit ang nirvana, o ang estado ng paglayo na nagpapalaya sa kaluluwa mula sa reinkarnasyon.

Kalaunan, ipinalaganap ng kanyang mga tagasunod ang kanyang mga turo sa buong India, Japan, China, at iba pang bahagi ng mundo

Ang estado ng Nirvana, o ang kawalan ng dualidad, ay kadalasang hindi nauunawaan bilang ang paglipol ng sarili. Ngunit ang ibig sabihin ni Buddha ay ang paglipol ng limitadong personalidad o huwad

na sarili. Ang makitid na personalidad na ito ay dapat lipulin upang ang imortal na kaluluwa ay makamit ang kalayaan mula sa siklo ng pagbabalik sa katawan ng tao.

Ang doktrinang Budista ng pagkalipol, na itinuring itong layunin ng buhay, ay kalaunan ay napalitan sa India ng doktrinang Swami ni Shankara, ang nagtatag ng orden ng Swami sa India, na nagturo na ang layunin ng buhay ay upang makamit ang maligaya at malay na pagkakaisa sa unibersal na espiritu nang walang pagkalipol ng kamalayan sa sarili.

Si Master Buddha at ang kanyang mga disipulo ay hindi nag-aasawa. Habang sila ay naglalakbay sa India, isang kakaibang pangyayari ang nangyari kay Buddha na nagpalito sa kanyang mga disipulo at nagpaduda sa ilan sa kanila sa pag-uugali ng kanilang guro.

Habang ang dakilang Buddha ay nagpapahinga kasama nila sa lilim ng isang puno, isang babae ang lumapit sa kanila at hindi mapigilang naakit sa katawan at mukha ng Buddha, na naglabas ng isang pambihirang liwanag. Agad siyang umibig sa kanya. Napuno ng pagmamahal, sinugod niya ito nang nakabukang mga braso upang yakapin at halikan, habang sumisigaw, "O kagalakan at liwanag ng buhay, ang puso ko'y tumitibok sa pagmamahal para sa iyo!"

Nagulat ang mga disipulo nang marinig nila ang kanilang panginoon na sumagot sa manunukso sa pagsasabing, "Mahal ko, mahal din kita, ngunit huwag mo akong hawakan ngayon, sapagkat hindi pa dumarating ang oras."

Sumagot siya: "Sinasabi mo 'mahal ko' pero pinagbabawalan mo pa rin akong hawakan ka!"

Sumagot ang dakilang Buddha: "Manalig ka, mahal ko, na hahawakan kita mamaya, ngunit hindi ngayon at papatunayan ko kung gaano kita kamahal."

Nang matuklasan niyang hindi ito nakumbinsi sa kanyang mga salita, idinagdag niya: "Magtiwala ka sa aking mga salita, aking sinta, at huwag mong pagdudahan ang mga ito. Mamaya, kapag iniwan ka na ng iyong mga mangingibig na ngayon ay umiibig sa iyo, ako'y pupunta sa iyo."

Nalito ang kaniyang mga estudyante nang marinig ang mga romantikong kuwentong ito mula sa kanilang guro, at inakala ng ilan sa kanila na ang kanilang guro ay tunay ngang nahulog sa bitag ng mapang-akit na babae.

Ilang taon pagkatapos ng pangyayaring iyon, habang nagmumuni-muni si Buddha kasama ang kanyang mga disipulo, bigla siyang napabulalas: "Kailangan ko nang umalis, dahil tinatawag ako ng aking mapang-akit na minamahal. Kailangan niya ako ngayon, at dapat kong tuparin ang pangako ko sa kanya."

Pagkasabi niya ng mga salitang ito, tumayo siya at tumakbo palayo, at hinabol siya ng mga disipulo sa desperadong pagtatangka na iligtas siya mula sa tukso ng mapang-akit na babae.

Sa wakas, ang dakilang guro at ang kanyang mga disipulo ay nakarating sa parehong puno kung saan niya nakilala ang manunukso ilang taon na ang

nakalilipas. Ano ang nakita nila sa ilalim ng punong iyon?

Nakita nila ang babaeng iyon na nakahiga sa lupa, ang kanyang magandang katawan ay puno ng bulutong at mabaho at namumuong mga pustula.

Nanginig ang mga disipulo at agad na lumayo sa kanya, ngunit si Buddha, taglay ang kanyang magiliw na puso at malalim na pagmamahal, ay umupo sa tabi niya, itinaas ang kanyang nabubulok na katawan, inilagay ito sa kanyang kandungan, at bumulong sa kanyang tainga:

"Mahal ko, naparito ako upang patunayan kung gaano kita kamahal, at upang tuparin ang aking pangako na hahawakan kita. Matagal akong naghintay upang patunayan sa iyo ang aking taos-pusong pag-ibig. Mahal kita kapag ang lahat ay tumigil sa pagmamahal sa iyo. At hinahawakan kita kapag ang iyong mga kaibigan - sa mga araw ng kaluwalhatian - ay ayaw kang hawakan."

Nang bigkasin niya ang mga salitang iyon, agad niya itong pinagaling mula sa kanyang kahabag-habag na kalagayan at hiniling na sumama sa pamilya ng kanyang mga alagad, at tumugon ito sa kahilingan nang may hindi natitinag na determinasyon at kagalakang walang sukat!

Sumainyo ang kapayapaan

Mga Pagpapatibay Para sa pangkalahatang paggaling

Sa trono ng bawat damdamin, bawat kaisipan at kalooban,

O Panginoon, Ikaw ay nakaupo, at binabantayan Mo ang aking pagkatao

Ikaw ay iniisip, kalooban, at damdamin

Ikaw ang gumagabay, Ikaw ang gumagabay sa bawat iniisip, kalooban, at damdamin

Upang ikaw ay kumilos ayon sa iyong gabay

At sundin ang iyong gabay

At maging iyong huwaran

Sa templo ng kamalayan ay may liwanag

Ang iyong liwanag ang dakilang manggagamot

Kung ano ang nakita ng aking mga mata noon, nakikita ko na ngayon

Ang aking templo ay naliliwanagan na ngayon, walang kadiliman dito!

Nakatulog ako at nanaginip tungkol sa pagkawasak ng templo

Gamit ang mga palakol ng takot at kamangmangan, at ang apoy ng pagkabalisa

Ginising mo lang ako para makitang buo ang istruktura, hindi ang mga sira-sira!

Gusto kitang sambahin, gusto kitang makita

Sa aking pagkatao, sa mga bituin

Sa mga selula ng katawan, regular silang gumagana

Itinatama at inaayos nito ang bawat depekto sa katawan

Oh, gaano ko kasabik na sambahin ka

Nakikita kita sa aking katawan, sa aking paligid, at sa lahat ng aking buhay

Ikaw ay umiiral sa lahat

Ang pag-ibig ko sa Iyo, O Panginoon, ay walang hanggan!

Ang kalooban Mo, O Panginoon, ay gumagana sa pamamagitan ko

Ang aking kalooban ay isang kislap ng iyong liwanag

Sa loob ko, ang liwanag ay sumisikat, at ang dilim ay tumataboy pabalik

Balak at gugustuhin ko

Magtatrabaho ako at magtatayo

Huwag mong hayaang gabayan ako ng ego ko

Bagkus, ikaw ang namamahala

At ikaw ang aking pinakikinggan

Magagawa ko ito sa pamamagitan ng lakas ng loob

Walang humpay na aktibo

Kaya't palakasin ang aking paninindigan, O Panginoon

Sa iyong dakilang kalooban

Tulutan mo kaming maging, O Panginoon,

Parang mga inosenteng bata

Tulad ng mga taong nagtatamasa ng kaharian ng langit

Ang pag-ibig mo sa amin ay perpekto

At dahil ikaw ay perpekto

Ganito tayo nagiging malusog, kapwa sa pisikal at mental na aspeto

Ikaw ay nasa lahat ng dako at ang pagiging perpekto ay nasa iyong presensya

Ang iyong liwanag ay sumisikat sa loob ng katawan

Malulusog ang mga selula nito na kumukuha mula sa iyong liwanag

Hayaan mong maisip ko na ikaw ay nabubuhay sa aking isipan

Gamit ang aking kaluluwa at pagkatao

Sa bawat atomo ng aking katawan

Hayaan mo akong mapagtanto!

O buhay ng aking buhay, ikaw ay perpekto, ikaw ay sumasaklaw sa lahat

Nasa puso kita at nasa isip ko

Gamit ang aking mga mata, ang aking mukha, at ang aking katawan

**Ikaw ang nagpapagalaw sa aking mga paa upang
ako'y makalakad**

Pareho silang matino

**Ang iyong lakas ay iyong suporta; ang iyong
aktibidad ay iyong lakas**

Hindi ako babagsak dahil sinusuportahan mo ako

Hindi ako nahuhulog dahil

Umaasa ako sa lakas mo!

Nasa lalamunan ko ka

Nasa sinapupunan at nasa lamad ko ikaw

Ang bawat organo ay kumikinang sa liwanag

Sa aking gulugod, kumikislap ka,

**Siya ay malakas ang pangangatawan, ganap na
malusog**

**Dumadaloy ka sa aking mga nerbiyos, purong
enerhiya**

Maayos naman siya

**Sa aking mga ugat sa aking mga ugat ito ay
dumadaloy**

**Ikaw ay isang apoy na tumutupok sa lahat ng
karumihan**

Nililinis nito ang katawan mula sa lahat ng sakit

**Kung paanong ikaw ang aking minamahal,
gayundin ako ang iyong minamahal**

Ramdam ko ang presensya mo sa aking isipan

Sumasabay ito sa agos ng buhay

**Hayaang lumawak ang aking imahinasyon nang
lampas sa lahat ng limitasyon**

**Hayaang lumipad ito sa bawat rehiyon nang
walang hadlang o paghihigpit**

**Kung iisipin ko ang mga sakit, baka ako mismo
ang magkasakit**

**Kapag iniisip ko ang kalusugan, pakiramdam ko
ay gumaling ako**

Bawat sandali, bawat oras, bawat araw

**Malakas ang pakiramdam ko, malusog ang
pakiramdam ko**

Masaya, masigla, at masaya ang pakiramdam ko

Nanaginip ako na may sakit ako

Nagising ako at natawa nang makita ko

**Namumuo na ang mga luha ko sa aking mga
talukap**

Mga luha ito ng saya, hindi luha ng kalungkutan

Ako ay malusog at maayos

Sa kabila ng mga pangarap ng sakit

**Diyos ko, hayaan mong maramdaman ko ang
iyong kagalakan**

At mahal kita at ang iyong presensya

Masunurin man ako o matigas ang ulo

**Mananatili akong iyong minamahal, Panginoon ko,
magpakailanman**

**Hayaan mong maramdaman kong palagi akong
malusog**

At masaya ako sa buhay ko

Hayaan mong punuin ko ang iyong kaligayahan

**Tulungan mo akong maunawaan, O Diyos na
Nakakaalam ng Lahat**

Para sa Iyong matalinong kalooban!

**Pagsusuri sa sarili: Ang susi sa isang masayang
buhay**

Guro Paramhansa Yogananda

Pagsasalin: Mahmoud Abbas Masoud

**Talikuran natin ang mga hangganan ng ego at
gumala sa malawak at walang hangganang mga
parang ng espirituwal na pag-unlad. Tulad ng karaban
ng panahon, na patuloy na naglalakbay sa mga landas
ng buhay, gayundin ang karaban ng kaluluwa ay
dapat maglakbay sa mga landas ng sukdulang
paglawak patungo sa pintuan ng banal na espiritu.**

**Ang pagkukusa upang gampanan ang
pinakamahalagang tungkulin sa buhay ay kadalasang
nananatiling nakabaon sa ilalim ng mga guho at kalat
ng mga gawi ng tao. Dapat palayain ng isa ang sarili
mula sa nakasasakal na impluwensya ng mga gawi na
ito at simulang itanim ang mga binhi ng tagumpay na
inaasam sa lupa ng buhay ng isang tao. Nagkakaroon
ng halaga at kabuluhan ang buhay kapag nagagawa
natin ang pinakamahalaga at pangunahing gawain:**

ang pagtuklas sa tunay na kahulugan at halaga ng ating pag-iral.

Dapat maunawaan ng mga tao na ang mga dinamikong kosmikong imaheng ito ng buhay ay hindi inihaharap nang walang dahilan. Araw-araw ay nakakakita tayo ng mga bagong eksena, at bawat araw ay nagdadala ng mga bagong aral na dapat nating matutunan sa pamamagitan ng pagtuon sa sukdulang layunin ng pag-iral ng tao: ang kilalanin ang Kataas-taasang Nilalang na nakatago sa likod ng belo ng buhay.

Milyun-milyong tao ang hindi kailanman sumasali sa pagsusuri sa sarili. Sa sikolohikal na aspeto, maihahalintulad sila sa mga awtomatikong produkto ng kanilang kapaligiran. Ginugugol nila ang kanilang buhay sa abala sa almusal, tanghalian, hapunan, trabaho, pagtulog, at paggala-gala kung saan-saan sa paghahanap ng libangan at kasiyahan. Hindi nila alam kung ano ang kanilang hinahanap, kung bakit nila ito hinahanap, o kung bakit hindi nila natagpuan ang ganap na kaligayahan at pangmatagalang kasiyahan. Kung walang pagsusuri sa sarili, ang mga tao ay nananatiling mga automaton, na pinamamahalaan ng mga kondisyon ng kanilang kapaligiran. Ang wastong pagsusuri sa sarili ang pinakaepektibong paraan upang umunlad at mapaunlad ang potensyal ng isang tao.

Ang pagsusuri sa sarili ay dapat isagawa nang may katapatan at integridad. Ang pinakamahusay na paraan upang gawin ito ay ang pagsulat ng isang tao ng kanilang mga iniisip at mithiin araw-araw, na nagpapahintulot sa kanila na harapin ang kanilang tunay na sarili nang walang pagpapaganda o

pagkukunwari. Karamihan sa mga tao ay hindi nagbabago para sa ikabubuti dahil hindi nila nakikita ang kanilang sariling mga kapintasan.

Ang bawat tao'y produkto ng kanilang kapaligiran at pagmamana. Ang isang taong ipinanganak sa isang partikular na bansa ay magpapakita ng mga natatanging katangian ng bansang iyon. Ang isang taong ipinanganak sa Tsina o isang Kanluraning bansa ay malamang na magpapakita ng mga katangian at katangiang nauugnay sa mga bansang iyon. Ang kapaligirang tinitirhan ng isang indibidwal ay resulta ng mga minanang salik: ang mga bentahe at hangarin na natamo sa mga nakaraang buhay. Ang mga katangiang natamo mula sa mga nakaraang pagkakatawang-tao ay humahantong sa pagsilang ng indibidwal sa pamilya o kapaligirang kinaroroonan nila.

Kapag nagbabasa tayo tungkol sa mga sikat na pamilya, madalas nating napapansin na ang mga anak ng mga dakilang tao ay hindi kinakailangang nasa parehong antas ng intelektwal ng kanilang mga magulang. Ang biyolohikal at henetikong pagkabigong ito sa mga tao ay nagbubunsod ng hinala at mga tanong: Bakit hindi natin nakikita ang parehong mga resulta sa buhay ng tao gaya ng naobserbahan natin sa kaharian ng halaman at hayop, kung saan ang mabubuting lahi ay karaniwang nagbubunga ng mabubuting lahi? Dapat nating suriin ang panloob na paggana ng buhay ng tao upang mahanap ang sagot.

Hindi pangkaraniwan na makakita ng isang bata sa isang pamilyang dalubhasa sa panitikan at agham na walang anumang interes sa panitikan. Totoo na

siya ay ipinanganak at lumaki sa isang kapaligirang pampanitikan kasama ng mga mahilig sa panitikan, ngunit hindi niya ibinabahagi ang parehong mga hilig. Bakit at paano nangyayari ang mga ganitong kabalintunaan? Ang kapaligiran at pagmamana ay hindi nagbibigay ng lohikal na paliwanag para sa phenomenon na ito. Ngunit sa likod ng lahat ng mga salik na ito ay nakasalalay ang katotohanan ng reinkarnasyon. Ipinanganak tayo sa isang partikular na pamilya dahil sa pagkakatulad sa ilang mga katangian. Ngunit ang bawat miyembro ng pamilya ay isang malayang indibidwal, na may mga katangiang nagmula sa kanilang mga nakaraang buhay. Dahil dito, sa kabila ng ilang biyolohikal at henetikong pagkakatulad sa pagitan ng mga miyembro ng pamilya, ang bawat tao ay naiiba sa iba sa karakter at personalidad.

Pinipili ng isang tao na ipanganak sa isang partikular na pamilya at sa isang partikular na kapaligirang panlipunan o pambansa para sa mga partikular na kadahilanang natutukoy ng kanilang mga nakaraang kilos. Mula sa pananaw na ito, ang isang tao ang arkitekto ng kanilang sariling kapalaran at ang tagaplano ng kanilang kapalaran. Mahuhulaan ng isang tao, sa isang tiyak na antas, kung ano ang magiging kalagayan nila sa kanilang buhay sa hinaharap sa pamamagitan ng pagsusuri sa kanilang mga hangarin at kilalang mga gawi sa buhay na ito.

Dito nakasalalay ang kahalagahan ng pagsusuri sa sarili para sa espirituwal na paglago. Ang ilang mga tao ay nahuhumaling sa pagbabasa ng mga nobelang trahedya, itinuturing ang mga ito na kanilang paboritong genre at pakiramdam ay patuloy nilang mae-enjoy ang mga ito habang buhay. Ngunit

kung susuriin nila ang kanilang sarili, matutuklasan nila na madalas silang nalulumbay at naiinis dahil sa patuloy na pagbabasa ng ganitong uri ng panitikan. Dahil sa depresyong ito, maaaring gusto nilang itigil ang nakagawian at sa halip ay linangin ang isang ugali ng pagbabasa ng mga aklat na espirituwal na nagbibigay-inspirasyon sa kanilang mga kaisipan at nagpapalusog sa kanilang mga damdamin ng mga maayos at magagandang ideya. Kung gagawin nila ang pagbabagong ito, matutuklasan nila na ang kanilang buhay ay nagkaroon ng isang kahanga-hangang bagong landas salamat sa malay na pag-unawa at matibay na determinasyon.

Totoo na kaya nating baguhin ang ating mga sarili nang napakabilis kung gugustuhin natin, ngunit ang pagbabago ng mga gawi at gawi sa paglipas ng mga taon ay nangangailangan ng tunay na pagsisikap at matibay na kalooban.

Upang maalis ang isang nakatanim na ugali, ang lahat ng puwersa ng determinasyon ay dapat gamitin sa kabilang direksyon hanggang sa ang masamang ugali ay maalis at ang kapangyarihan nito ay mapawalang-bisa. Karamihan sa mga tao ay kulang sa kinakailangang pasensya at tiyaga para dito. Gayunpaman, dapat mapagtanto ng isa na ang isang bagay na nilikha o nagawa ay maaaring mabura o mapawalang-bisa.

Kapag sinusuri mo ang iyong sarili, magkaroon ng matinding pagnanais na alisin ang iyong mga kahinaan at maging ang taong nakatadhana para sa iyo. Huwag mawalan ng pag-asa o mabigo kapag natuklasan mo ang mga kapintasan na itinatampok ng tapat na pagsusuri sa sarili; sa halip, ituring ito bilang

isang pagkakataon upang matukoy kung ano ang kailangang tugunan sa iyong personalidad.

May lumitaw na teorya na nagsasabing ang pag-iisip ay produkto ng mga glandulang endocrine. Ang konseptong ito ay walang batayan. Ang laman at buto ay hindi makakalikha ng pag-iisip. Ang isip ang dalubhasang arkitekto ng lahat ng bagay, kapwa pangkalahatan at espesipiko. Tulad ng tubig na nagiging yelo sa pamamagitan ng paglamig, ang pag-iisip ay nagkakaroon ng pisikal na anyo sa pamamagitan ng kondensasyon. Lahat ng bagay sa sansinukob ay pag-iisip sa pisikal na anyo. Kahit ang endocrine organ ay isang pisikal na manipestasyon ng isang maliit na modelo ng pag-iisip.

Ang pisikal at sikolohikal na kalagayan ng isang tao ay malapit na magkaugnay. Halimbawa, naobserbahan na ang mga indibidwal na may sakit sa atay ay kadalasang nagiging magagalitin at mainitin ang ulo. Kapag ang isang tao ay dumaranas ng labis na pagtatago ng apdo o kapansanan sa paggana ng atay, maaaring hindi sila ngumiti o maging masayahin sa lahat ng kanilang nakakasalamuha. Sa halip, maaari silang makaramdam ng galit at iritable. Ang mga iniisip at emosyon ay naiimpluwensyahan ng pisikal na kondisyon.

Kapag nasira ang mga organo, negatibong nakakaapekto ito sa lakas ng pag-iisip, na siya namang nagpapahina. Ang mga kumakain ng maraming karne ay kadalasang madaling magalit at mainis. Kung ang isang tao ay iinom lamang ng katas ng ubas sa loob ng isang linggo, makakaramdam sila ng presko at maayos na pakikitungo sa lahat.

Ang labis na pagkain at pagkonsumo ng mga hindi angkop na pagkain ay lumilikha at nagpapanatili ng malaking dami ng mga lason sa katawan, na walang alinlangang may negatibong epekto sa isip, na ginagawa itong mabagal, matamlay, at madaling mairita. Ang intermittent fasting na may grape o orange juice ay nakakatulong sa paglilinis ng katawan, na siya namang nakakatulong upang muling buhayin ang utak at bigyan ito ng enerhiya. Bukod pa rito, ang therapeutic fasting nang isang araw sa isang linggo, at minsan ay tatlong araw sa isang pagkakataon (habang umiinom ng tubig at juice habang nag-aayuno), ay naipakita na nakakatulong sa paglilinis ng katawan mula sa naipon na mga lason at basura. Ang pag-aayuno nang higit sa tatlong araw sa isang pagkakataon ay dapat gawin sa ilalim ng pangangasiwa ng isang doktor o isang espesyalista sa pag-aayuno.

Minsan ay nakilala ko ang isang pitumpung taong gulang na lalaki na nakasuot ng manipis na damit, walang amerikana, at walang medyas, kahit na napakalamig. Tiniyak niya sa akin na hindi siya nakakaramdam ng lamig! Nasanay na siya sa malamig na panahon. Mas naiimpluwensyahan ng isip ang katawan kaysa sa pag-impluwensya ng katawan sa isip, kahit na ang mga elementong kemikal ng katawan ay patuloy na nakakaapekto sa isip.

(Paalala: Masusing pananaliksik sa epekto ng pagkain at nutrisyon sa kalusugang pangkaisipan ay isinagawa na sa loob ng maraming taon bago pa man ginawa ni Paramhansa ang obserbasyong ito. Ang mga taong lumaki sa kahirapan at pinagkaitan ng wastong nutrisyon ay tiyak na nagpakita ng kapansanan sa pag-unlad ng kaisipan at mas mabagal

na tugon. Bukod pa rito, ipinakita ng agham na ang ilang uri ng pagkabaliw [na itinuturing pa ring walang lunas] ay bumuti nang malaki sa simpleng paggamit ng mga bitamina. Gayundin, ang mga sanhi ng ilang uri ng depresyon, pagkabalisa, at iba pang emosyon ay maaaring masubaybayan pabalik sa isang kawalan ng balanse ng mga elementong kemikal sa loob ng katawan.)

Bagama't malaki ang impluwensya ng isip sa katawan, hindi matalinong pabayaang ang katawan. Dapat unahin ang masustansyang pagkain kaysa sa hindi masustansyang pagkain. Kung kinakailangan ng mga pangyayari na makasama ka sa mga taong nagpapagalit sa iyo, ipinapayong baguhin ang iyong kapaligiran paminsan-minsan. Ngunit mas mabuti pa sa lahat ng ito ay baguhin ang iyong sikolohikal na estado upang hindi ka maabala ng mga kilos ng iba. Baguhin ang iyong sarili, at mabubuhay ka nang mapayapa at masaya kahit saan.

Ang mundo sa kabuuan ay parang isang mental asylum. Ang ibang tao ay dumaranas ng selos at inggit, ang iba naman ay dahil sa galit, poot, at kalibugan. Sila ay mga biktima ng kanilang mga gawi at emosyon. Ngunit maaari kang lumikha ng kapayapaan sa iyong kapaligiran. Suriin ang iyong sarili. Ang mga emosyon ay may tiyak na epekto sa isip at katawan. Ang inggit at takot ay nagpapaputla sa mukha, habang ang pag-ibig ay nagpapaningning dito. Kapag maaari kang maging kalmado, palagi kang magiging masaya.

Anumang anyo ng sarili ang sinisikap linangin ng isang tao, dapat silang magsikap na suriin ang kanilang tunay na kalikasan at paunlarin ang

pinakamahusay nitong mga katangian. Ang isang tao ay maaaring magtaglay ng moral, etikal, makabayan, masining, o entrepreneurial na pagkakakilanlan, at iba pa. Kung ang kanilang layunin ay umayon sa pinakamataas na moral na mithiin, dapat silang mamuhay nang may integridad at magtaglay ng mabuting kalooban at mabubuting intensyon sa lahat. Ito ang esensya ng mabuting pag-uugali. Ang pagmamataas ang nagtutulak sa mga nagpapawalang-sala sa kanilang sarili na pumuna at kondenahin ang mahihina sa kanilang paligid. Ngunit ang mga may marangal na karakter at maunawaing kaluluwa ay nakikiramay sa iba at hindi sila kinokondena dahil sa mga pagkakamaling nagmumula sa kamangmangan at maling paghatol.

Ang mga may tendensiyang materyalistiko ay kadalasang nagdurusa nang hindi kinakailangan. Ang mga taong ito ay dapat matutong magpigil sa sarili, kung hindi, sila ay parang mga gumagalaw na piraso ng pisikal na mundo, obligadong manigarilyo ng isang tiyak na bilang ng sigarilyo sa isang araw at kumain ng mga partikular na pagkain. Sumasakit ang ulo nila kung hindi sila makakapag-kape o makakatanghalian at maaari lamang matulog sa isang kutson na may mga partikular na katangian. Bagama't maayos ang mga kaginhawahan, hindi dapat hayaan ng isa na alipinin nila ang sarili. Mahalaga ang balanse, at maliban kung balansehin ng isa ang kanilang mental, pisikal, at espirituwal na kalikasan, hindi niya mararanasan ang kaligayahan. Hindi matalino na hayaan ang materyal na kalikasan na mangibabaw sa karunungan at pag-unawa ng isang tao. Ang pangwakas na salita at pangwakas na desisyon ay dapat palaging nasa konsensya at pananaw.

Isang simpleng buhay at matatayog na kaisipan ang dapat maging layunin ng sangkatauhan. Dapat nating taglayin ang lahat ng elemento ng kaligayahan sa ating mga sarili. Posible ito sa pamamagitan ng pagmumuni-muni at pag-ayon ng ating kamalayan sa patuloy na nagbabagong espirituwal na kagalakan. Ang Diyos ang pangkalahatang kaligayahan, at kasuwato Niya, nararamdaman natin ang Kanyang kagalakan at nalalasan ang Kanyang tamis. Hindi natin dapat isanla ang ating kaligayahan sa anumang panlabas na impluwensya. Anuman ang kapaligiran at tinitirhan o pinagtatrabahuhan, dapat nating protektahan ang ating panloob na kapayapaan mula sa impluwensya nito. Suriin ang iyong sarili at maging kung ano ang dapat mong maging at kung ano ang gusto mong maging. Bihirang matutunan ng mga tao ang tunay na pagpipigil sa sarili; sa halip, gumagawa sila ng mga bagay na nakakapinsala sa kanilang sariling kagalingan ngunit naniniwala pa rin silang masaya sila! Ngunit ang kanilang kaligayahan ay ilusyon lamang. Ang tunay na susi sa kaligayahan at tagumpay ay nakasalalay sa paggawa ng mga bagay na gusto mong gawin dahil ito ang iyong tungkulin, at ang pag-iwas sa paggawa ng mga nakakapinsalang bagay dahil mas mainam na iwasan ang mga ito.

Hindi mo dapat panatilihin abala ang iyong isipan sa maraming alalahanin at interes. Suriin ang mga ito upang matukoy kung ang mga ito ay tunay na mahalaga. Mahalaga ang oras at hindi dapat sayangin. Ang pagbabasa ng isang kapaki-pakinabang na libro ay higit na makakapagpabuti sa iyong kagalingan kaysa sa panonood ng mga pelikula. Madalas kong sabihin, "Kung magbabasa ka ng isang oras, magsulat ka ng dalawa. Kung magsusulat ka ng

dalawang oras, mag-isip ka ng tatlo. Kung mag-iisip ka ng tatlong oras, magnilay-nilay sa buong oras."

Saanman ako magpunta, lagi kong pinapanatili ang aking espirituwal na kapayapaan at katahimikan. Ang karayom ng compass ay laging nakaturo sa hilaga. Gayundin, ang isip ay dapat laging nakadirekta patungo sa haligi ng espirituwal na kagalakan; nang sa gayon ay walang sinuman ang makakagambala sa iyong kapayapaan o makakagambala sa iyong balanse.

Dapat magsikap ang isang tao na maging mas mahusay araw-araw kaysa sa nakaraan, kung hindi ay maaaring sila ay paurong sa mga tuntunin ng kalusugan, panloob na kapayapaan, at kaligayahan. Bakit? Dahil hindi sila gumagawa ng sapat na pagsisikap upang kontrolin ang kanilang mga iniisip at kilos. Ang mga tao ang lumilikha ng kanilang mga gawi, at maaari nilang baguhin ang mga ito. Kung nasusumpungan mo ang iyong sarili na madaling kapitan ng negatibong pag-iisip, palibutan ang iyong sarili ng mabubuting tao, magbasa ng magagandang libro, at magnilay-nilay. Ang pagpapalit ng iyong mga kasama, kung kinakailangan, ay maaaring magkaroon ng positibong epekto sa iyong buhay.

Kapag determinado kang magbago para sa ikabubuti, tandaan na ang mabuting kasama at mga positibong impluwensya ay mahalaga at lubhang kailangan sa pagkamit ng iyong mga layunin. Ang impluwensya ng kapaligiran—mabuti man o masama—ay mas malakas kaysa sa lakas ng loob, kaya tandaan ito kapag nakikitungo sa iba.

Mahalaga rin ang pagsusuri sa sarili para sa pagpapabuti ng sarili. Kung kaya mong suriin ang

iyong sarili nang matapang at walang takot, makakayanan mo ang pagsusuri ng iba at hindi ka maaapektuhan ng kanilang mga kritisismo.

Ang mga taong laging nakatutok sa mga kapintasan ng iba ay mga mandaragit. Ang mundo ay puno ng kasamaan, kaya't hindi dapat magsalita ng masama, ni mag-isip ng masama, ni gumawa ng masama. Sa halip, dapat kang maging parang rosas, na nagkakalat ng halimuyak ng kabaitan, dalisay na intensyon, at pagmamahalan ng magkakapatid. Iparamdam sa mga tao na ikaw ay isang tunay na kaibigan—isang tagapagtayo, hindi isang maninira. Kung nais mong maging mas mahusay kaysa sa iyong sarili, suriin ang iyong sarili at linangin ang mga mararangal na katangian sa loob. Ang isang mabait na kaluluwa ay mas mahusay na nagsasalita tungkol sa may-ari nito kaysa sa mga salita, dahil naglalabas ito ng kakaibang vibration na nararamdaman at nauunawaan ng iba nang walang pagkakamali. Isipin ang liwanag, at ang kadiliman ay maglalaho. Mag-aral, magnilay-nilay, at gawin ang iyong makakaya upang tulungan ang iba at alisin ang pasanin ng pag-aalala, sakit, takot, at kawalan ng katarungan mula sa kanilang mga balikat.

Maraming tao ang walang patutunguhan sa buhay, nang walang malinaw na layunin. Tukuyin ang iyong layunin at sikaping makamit ito. Maglaan ng oras para sa pagmumuni-muni at pribadong panalangin. Maraming mga bagay na nagbibigay-inspirasyon ang naghihintay na matuklasan, ngunit madalas nating sinasayang ang ating oras at lakas sa mga walang kabuluhang bagay. Ang kaligayahan ay hindi darating maliban kung tayo ay magtuon sa karunungan ng mga dakilang tao at gagabayan ng

kanilang liwanag. Ang kanilang mga ideya ay matatagpuan sa iba pang mga espirituwal na aklat at sulatin upang tumulong at gumabay sa atin.

Ayos lang na tamasahin ang mga kasiyahan ng buhay, ngunit walang kapalit ang panloob na buhay at masusing pagmumuni-muni, dahil ang kaligayahan ay nakasalalay sa pagmumuni-muni at sa pagkilala sa mga dakilang kaisipan sa pamamagitan ng kanilang mga ideyang nakaimbak sa mga libro, tulad ng nakasalalay din ito sa pagpapalibot sa iyong sarili ng mabubuti at marangal na mga tao.

Ang pag-iisa ay kasiya-siya para sa mga mahilig magnilay-nilay, ngunit hindi ibig sabihin nito ay ang paglayo sa iyong sarili mula sa mga tao o pagbubukod sa iyong sarili. Kapag nais mong makihalubilo, gawin ito nang buong puso, nang may buong pagmamahal at pagkakaibigan, upang ang iyong mga kaibigan ay makasumpong ng kapanatagan sa iyong presensya at laging inaabangan ang iyong makita at masiyahan sa iyong magandang kasama.

Sumainyo ang kapayapaan
Epektibong panganib

Paramhansa Yogananda

Pumasok ako sa ermitanyo at buong pagmamalaking ibinigay sa aking guro, si Sirri Yuktsuwar, ang isang basket ng mga gulay, at sinabing:

"Regalo ito para sa iyo, ginoo! Ang anim na malalaking kuliplor na ito ay itinanim ko gamit ang sarili kong mga kamay at inalagaan sa buong yugto

ng kanilang paglaki nang may pagmamahal ng isang ina para sa kanyang sanggol na anak."

Sumagot si Sri Yuktiswar nang may ngiti ng pasasalamat, "Salamat po. Pakitago po ito sa inyong silid; kakailanganin ko ito bukas para sa isang espesyal na hapunan."

Kararating ko lang sa lungsod ng Puri para gugulin ang bakasyon sa tag-init sa baybaying ermitanyo ng aking guro. Ang dalawang-palapag at masayang kanlungang ito ay tinatanaw ang Look of Bengal at itinayo ng guro sa tulong ng kanyang mga disipulo.

Maaga akong nagising kinabukasan, naginhawahan dahil sa maalat na simoy ng dagat at sa payapang alindog ng ermitanyo. Narinig ko ang guro na tinatawag ako sa kanyang malambing na boses, kaya't sinulyapan ko ang mga kuliplor, na puno ng pagmamahal at pagsinta, at saka maingat na inayos ang mga ito sa ilalim ng aking kama.

Sabi ng guro, "Tara, pumunta tayo sa dalampasigan." Nauna siyang naglakad, at sumunod ako sa kanya kasama ang isang grupo ng mga batang estudyante. Tiningnan kami ng guro nang may pagsisisi at sinabing:

"Maglakad kayo nang dalawang hanay, na magkasabay ang inyong mga hakbang"

Pagkatapos ay sinuri niya kami habang sinusunod namin siya at nagsimulang bigkasin ang isang bagay na ganito:

O mga bata, maging matatag kayo at magmartsa nang maayos!

Humanga ako sa kinis ng guro na nagawang sabayan ang magagandang hakbang ng kanyang mga batang estudyante.

Tiningnan ako ng guro sa mata at sinabing, "Tumigil ka! Isinara mo na ba ang pinto sa likod ng ermitanyo?"

Sumagot ako, "Sa tingin ko nga po, ginoo"

Nanatiling tahimik si Seri Yuktsuwar nang ilang minuto, isang mahina at halos pigil na ngiti ang naglalaro sa kanyang mga labi, pagkatapos ay sa wakas ay sinabi niya:

"Hindi, nakaligtaan ko na ang sagradong pagmumuni-muni ay hindi dapat gamiting dahilan para mapabayaang ang pisikal na pagkain."

Akala ko nagbibiro lang siya, pero dagdag niya: "Malapit nang maging lima ang anim mong kuliplor."

Bumalik kami ayon sa itinuro ng guro, at nang makalapit na kami sa lugar ng ritwal ay sinabi niya:

"Sandali lang, tingnan mo, Mukunda (Paramhansa), sa kaliwa mo, sa kabila ng patyo patungo sa kalsada. May darating diyan maya-maya at siya ang magiging sanhi ng iyong parusa."

Itinago ko ang aking inis sa mga malabong pahayag na ito. Bigla, nakita ko ang isang taga-nayon sa kalsada na sumasayaw nang kakaiba at walang katuturan gamit ang kanyang mga braso. Halos mawalan ako ng malay sa kuryosidad at tunitig nang mabuti sa kakaibang tanawin. Nang malapit nang mawala ang lalaki sa aming paningin, sinabi ni Sri Yuktswar, "Babalik na siya ngayon."

Agad na nagpalit ng direksyon ang taga-nayon at tumungo sa likuran ng ermitanyo. Matapos tumawid sa mabuhanging daanan, pumasok siya sa gusali sa pamamagitan ng pinto sa likuran, na hindi ko naman nilock, gaya ng itinuro ng aking guro. Maya-maya pa, lumabas siya dala ang isa sa aking mga paboritong kuliplor, kitang-kita ang kanyang pagmamalaki habang naglalakad nang may dignidad at respeto.

Ang nakakatawang eksenang ito, kung saan ako ang lumabas bilang biktima, ay hindi nakahadlang sa akin na habulin ang magnanakaw, na aking hinabol nang mabilis. Kakarating ko pa lang sa kalagitnaan nang tawagin ako ni Sri Yuktiswar, nanginginig sa tawa mula ulo hanggang paa, at hiniling na bumalik ako. Sa pagitan ng mga pagsabog ng saya, ipinaliwanag niya:

"Ang kawawang lalaking iyon ay naghahanap ng cauliflower. Kaya naisip ko na hindi naman masama kung kukuha siya ng isa sa mga cauliflower mo na hindi mo naalagaan nang maayos!"

Nagmadali akong pumunta sa aking kwarto at natuklasan kong mahilig pala sa gulay ang magnanakaw, dahil hindi niya ginalaw ang aking mga gintong singsing, relo, o pera, na pawang nakakalat sa kumot. Sa halip, gumapang siya sa ilalim ng kama patungo sa nakatagong basket ng cauliflower, tinupad ang nais ng kanyang puso.

Nang gabing iyon, hiniling ko kay Sri Yuktwar na ipaliwanag sa akin ang pangyayaring iyon, na may ilang nakalilitong katangian. Dahan-dahang umiling ang guro, at sinabing:

"Mauunawaan mo na balang araw, matutuklasan ng Siyensya ang ilang hindi kilalang batas."

Ilang taon ang lumipas, nang biglang sumikat ang mga kamangha-manghang katangian ng radyo sa isang mundong namangha, naalala ang propesiya ng guro. Ang mga lumang ideya tungkol sa espasyo at oras ay tuluyang naglaho, sapagkat ngayon ay wala ni isang tahanan, gaano man kaliit, na hindi naaabot ng napakaraming pandaigdigang channel ng radyo (at satellite). Kahit ang pinakamatalinong isipan ay nabuksan at lumawak sa harap ng hindi maikakailang patunay ng isa sa mga natatanging katangian ng sangkatauhan: ang kabuuan ng pag-iral.

Ang nakakatawang kuwento ng cauliflower ay mauunawaan sa pamamagitan ng paghahambing nito sa isang radyo. Ang aking guro ay isang ganap na transmitter at receiver. Ang mga kaisipan ay walang iba kundi banayad at mala-ethereal na mga vibration. Kung paanong ang isang sensitibong radyo ay kumukuha ng isang partikular na programa mula sa libu-libong ipinalalabas sa lahat ng dako, gayundin si Sri Yuktiswar ay madaling tumanggap ng isang kaisipan—ang kaisipan ng hangal na nahuhumaling sa cauliflower—mula sa hindi mabilang na kaisipan ng tao na ipinalalabas sa mundong ito. Habang naglalakad kami patungo sa dalampasigan, naramdaman ng guro ang pagnanais ng simpleng taganayon at agad na kumilos upang tuparin ito. Nakita ng banal na mata ng aking guro ang lalaking sumasayaw bago ang mga estudyante. Ang aking nakalimutang i-lock ang pinto ng ermitanyo ay nagbigay sa guro ng isang maginhawang dahilan upang ipagkait sa akin ang isa sa aking mga minamahal na halaman. Kaya, si Sri Yuktiswar, bilang

isang receiver, ay gumanap din bilang isang transmitter. Sa papel na ito, nagawang gabayan ng guro ang taganayon na bumaliktad at pumunta sa isang partikular na silid upang kumuha ng isang cauliflower.

Ang pananaw ay gabay ng kaluluwa at tunay na nakikita sa isang tao sa mga sandali ng katahimikan. Halos bawat tao ay nakaranas na ng hindi maipaliwanag na panloob na intuwisyon o nakapagpabatid nang epektibo ng kanilang mga iniisip sa ibang tao.

Ang isang isip ng tao na malaya sa mga pang-abala ng pagkabalisa ay may kakayahang gampanan ang lahat ng masalimuot na tungkulin ng isang radyo: ang pagpapadala at pagtanggap ng mga kaisipan, at pagsala sa mga hindi gustong kaisipan. Tulad ng lakas ng pagpapadala ng isang istasyon ng radyo na nakadepende sa dami ng kuryenteng ginagamit nito, ang bisa ng isip ng tao, tulad ng isang radyo, ay nakadepende sa lakas ng loob ng bawat indibidwal.

Lahat ng kaisipan ay nananatiling naaanod magpakailanman sa sansinukob. Sa pamamagitan ng malalim na konsentrasyon, maaaring makuha at mabasa ng isang naliwanagang guro ang mga iniisip ng sinumang tao, buhay man o patay. Ang mga kaisipan ay may unibersal, hindi indibidwal, na pinagmulan. Ang mga katotohanan ay hindi maaaring malikha ngunit matutuklasan. Ang mga maling kaisipan—maliit man o malaki—ay nagmumula sa hindi sapat na kakayahan para sa pag-unawa. Ang layunin ng yoga ay patahimikin ang isip upang marinig nito ang walang-mali na gabay ng panloob na tinig, nang walang pagbaluktot o kalituhan.

Ang radyo at telebisyon ay sabay-sabay na nagdala ng mga tinig at imahe ng malalayong iba sa mga tahanan ng milyun-milyon. Ito ang unang siyentipikong indikasyon na ang sangkatauhan ay isang unibersal na espiritu. Bagama't tinatangka ng bulag na subhetibo sa lahat ng paraan na mangibabaw at agawin ang esensya ng sangkatauhan, hindi ito isang katawan na nakakulong sa isang partikular na punto sa kalawakan, kundi isang espiritu ng unibersal na pag-iral.

Kaugnay nito, isinulat ni Charles Robert Richet, Nobel laureate sa Physiology, ang sumusunod:

"Tunay na kakaiba at kahanga-hanga na ang mga hindi inaasahang natural na penomena ay nangyayari pa rin, kapag naitatag na ang mga ito, hindi na tayo hahangaan ng mga ito gaya ng ginawa ng agham noong nakaraang siglo. Ang mga penomena na agad nating tinatanggap ngayon ay inaakalang tumigil na sa paghanga sa atin dahil naiintindihan na natin ang mga ito. Ngunit hindi ganito ang kaso. Kung hindi na tayo hahangaan ng mga ito, hindi dahil naiintindihan natin ang mga ito, kundi dahil naging pamilyar na ang mga ito. Kung mamangha tayo sa lahat ng bagay na hindi natin maintindihan, dapat tayong mamangha sa lahat ng bagay: sa isang batong inihagis sa hangin, sa isang bunga ng oak na nagiging isang malaking puno ng oak, sa mercury na lumalawak kapag pinainit, at sa bakal na naaakit ng isang magnet."

"Hindi na kumplikado ang agham ngayon. Ang mga kamangha-mangha at hindi inaasahang katotohanan na mahihinuha ng ating mga inapo ay malapit na ngayon sa atin at nakatitig sa atin, wika nga, kahit na hindi natin ito nakikita. Ngunit hindi

sapat na sabihin na hindi natin ito nakikita: ayaw natin itong makita, dahil sa sandaling lumitaw ang isang hindi inaasahan at hindi pamilyar na katotohanan, sinusubukan nating ilagay ito sa pangkalahatang balangkas ng tinatanggap na kaalaman, at nagagalit tayo kung may mangahas na mag-eksperimento pagkatapos noon!"

Pinagmulan: Talaarawan ni Yogi: Ang Autobiography

Nakita kitang nagtatago

Tumingin ako sa isang bulaklak at nanalangin, at agad kitang nakita, O Banal na Espiritu, na nakatago sa loob nito. Naglabas ito ng halimuyak ng iyong presensya, ang mga talulot nito ay nababalutan ng iyong mapusyaw na kawalang-kasalanan, at ang puso nito ay nagningning sa ginto ng iyong karunungan.

At nakita ko ang iyong sumasaklaw na kapangyarihan na sumusuporta sa payat nitong tangkay at malalagong berdeng dahon. Tungkol naman sa mga hiwaga ng buhay at kawalang-hanggan, nakita ko silang natutulog sa alikabok ng polen, at ang iyong walang hanggang haplos ay nagbigay-inspirasyon sa bubuyog at nagpaalab sa dibdib nito, kaya't sinimulan nitong higupin ang iyong tamis.

Pagkalooban Mo ako ng kaalaman tungkol sa mga kababalaghan ng Iyong paglikha at ibunyag sa akin ang Iyong walang katapusang mga lihim, na nakatago kahit sa pinakamaliit na mga damong tumutubo sa tabi ng kalsada.

Mga bulong mula sa kawalang-hanggan

Pagpapaamo ng kalikasan o pagdaig sa mga mapaminsalang katangian

Hindi madaling tukuyin ang kahulugan ng ugali, ngunit alam natin kung ano ito. Kapag ikaw ay nasa isang estado ng pagkabalisa at galit, ang iyong pag-uugali ay hindi normal, at hindi ikaw ang taong dapat kang maging. Bilang resulta, nakakaramdam ka ng pagkabalisa at pag-iisa. At ano pa ba ang mas kahangalan kaysa sa isang tao na magdulot ng kalungkutan sa kanilang sarili sa pamamagitan ng kanilang mga kilos at reaksiyon?

Walang may gusto ng paghihirap. Hindi ba dapat suriin ng isang tao ang kanyang sarili sa susunod na sila ay nasa malungkot na kalooban? Kung gagawin nila, makikita nila na kusang-loob nilang pinapahirapan ang kanilang sarili. Kapag sila ay nasa ganoong malungkot na kalagayan, mararamdaman ng iba sa kanilang paligid ang kanilang paghihirap at iiwasan ang kanilang piling.

Saanman magpunta ang isang tao, marami silang sinasabi kahit walang salita, dahil ang kanilang pangkalahatang kalooban ay makikita sa kanilang mga mata, at sinumang tumingin sa kanila ay nakakaramdam ng negatibiti na nagmumula sa kanila. Kapag nakikita ang madilim at masasamang emosyon na makikita sa kanilang mga mata, ang iba ay naiinis, mas pinipiling ilayo ang kanilang sarili mula sa mga nakakabagabag na vibrations na iyon. Dapat munang alisin ang galit sa salamin ng isip bago mabura ang repleksyon nito sa mga mata.

Sa mundong ito, ang tao ay nakatira sa isang bahay na salamin, nakalantad sa iba, hindi kayang magkunwari o magpanggap Kaya, dapat siyang mamuhay nang natural Bakit hindi kumilos sa paraang magdudulot sa kanya ng respeto at

paghanga? Bakit hindi makita ang kadakilaan sa kanyang mga mata at ang kagalakan sa kanyang mukha? Lahat ng mabubuting katangian at birtud ng isang tao ay nakatago sa loob, sa ilalim ng isang patong ng kalungkutan at paghihirap.

Hindi lamang napapansin ng iba ang kanyang kilos, kundi pinagmamasdan din niya ang sa kanila. Dahil may tendensiya siyang ikumpara ang kanyang sarili sa iba dahil sa patuloy na pagmamasid sa mga nakapaligid sa kanya, nabibitag siya ng sikolohikal na kalungkutan. O maaari siyang mabalisa at mabagabag sa patuloy na mga paghihirap na kanyang kinakaharap sa mundong ito. Ang ugali ay kadalasang resulta ng mga impluwensya ng kapaligiran. Ang bawat isa sa atin ay apektado ng mundo sa ating paligid sa iba't ibang paraan. Ngunit hindi natin dapat hayaan ang ating sarili na madaig ng depresyon dahil sa mga panlabas na pangyayari. At bakit natin dapat pasanin ang pasanin ng mga nakababahalang impluwensya ng ating kapaligiran?

May mga taong nagpapakita ng negatibong emosyon para maiwasan ang pagharap sa isang problema o sitwasyon. Gayunpaman, ang mga negatibong pag-uugaling ito ay hindi isang pagtakas o isang lambat para sa kaligtasan ng damdamin. Natural lamang na pansamantalang magpadala sa kalungkutan at kalungkutan paminsan-minsan, ngunit hindi dapat hayaang kontrolin ka ng mga damdaming ito.

Ang bawat katangian ng personalidad ay may tiyak na pinagbabatayan na sanhi. Upang maalís ang isang katangian, ang sanhi nito ay dapat matugunan. Mahalagang huminto at magnilay-nilay araw-araw, suriin ang iyong mga iniisip at motibasyon upang maunawaan ang iyong personalidad at matutunan

ang tamang paraan upang harapin at itama ito kung ito ay nakakapinsala. Maaari mong matagpuan ang iyong sarili sa isang estado ng kawalang-interes, ayaw isaalang-alang ang anumang mungkahi mula sa iba. Sa sitwasyong ito, mahalagang gumawa ng malay na pagsisikap na linangin ang positibo at nakakaengganyong mga karanasan. Mag-ingat sa kawalang-interes, na humahadlang sa pag-unlad at nagpaparalisa sa lakas ng loob.

O maaaring ang isang tao ay pinanghihinaan ng loob at pinanghihinaan ng loob dahil sa sakit, sa paniniwalang hindi na nila kayang maibalik ang kanilang kalusugan. Sa kasong ito, ang mga prinsipyo ng malusog na pamumuhay ay dapat gamitin upang lumikha ng isang malusog at produktibong buhay batay sa moral at etikal na pundasyon. Bukod pa rito, dapat bumaling sa Diyos na Makapangyarihan sa lahat sa pamamagitan ng panalangin upang malinang ang higit na pananampalataya sa Kanyang kapangyarihang magpagaling.

Kung ang isang tao ay nakumbinsi ang kanyang sarili na siya ay isang bigo at hindi maaaring magtagumpay sa anumang bagay, dapat suriin ang problema at linawin kung ginawa na niya ang lahat ng kinakailangang pagsisikap.

Pinamamahalaan ng Diyos ang buong sansinukob, hanggang sa pinakamaliit at pinakamaliit na detalye, at ang sangkatauhan ay nilikha ayon sa Kanyang wangis. Samakatuwid, hindi tayo maaaring gumawa ng mga dahilan o pagbibigay-katwiran para sa pagkabigo. Huwag matakot sa trabaho, gaano man kahirap, dahil ang trabaho ay "nagpapalakas" sa katawan at hindi nakakasama sa sinuman. Gayunpaman, dapat matutong magtrabaho at mag-isip nang mahinahon. Kapag ikaw ay masigla at

kalmado, makakamit mo ang gusto mo, dahil malinaw ang iyong isipan.

Bukod sa hindi pagsisipag upang magtagumpay, karamihan sa mga tao ay hindi rin aktibo sa pag-iisip. Gumugugol sila ng maraming oras sa hindi pag-iisip. Ang ilan ay itinuturing itong pahinga at pagpapahinga. Ngunit sa tunay na pagpapahinga, ang isip ay parehong aktibo at kalmado. Sa mga tahimik na sandaling iyon, maaaring maisip ng isa ang Diyos, isang magandang tanawin, o isang kasiya-siyang karanasan. Ang positibo at kalmadong gawaing pangkaisipan ay nakakapresko at nakapagpapalakas. Gayunpaman, maraming tao ang napagkakamalang malikhaing pagsisikap sa stress at nagtatrabaho sa isang tensyonado at kinakabahang estado.

Ang malikhaing pag-iisip ang pinakamahusay na panlunas sa mga hindi malusog na ugali. Ang mga ugali na ito ay nananatili sa kamalayan kapag ang isang tao ay nasa negatibo o balisa na estado. Kapag ang isip ay walang positibong mga kaisipan, ang may-ari nito ay nalulumbay at nabibigatan ng mga alalahanin. At kasabay ng depresyon at pag-aalala ay dumarating ang diyablo, na nananahan sa mga iniisip ng taong iyon at lubos na kumokontrol sa may-ari!

Kaya naman, kaibigan, magsikap kang bumuo ng mga malikhaing ideya. Kapag hindi ka nakikibahagi sa pisikal na gawain, gumawa ng isang bagay na malikhain sa iyong isipan. Panatilihin itong abala upang wala nang oras para mag-isip tungkol sa stress at pagkabalisa.

Ang malikhaing pag-iisip ay kahanga-hanga at kahanga-hanga, parang pamumuhay sa ibang mundo. Dapat linangin ng lahat ang kakayahang ito. Bihira akong mag-isip ng kahit isang salita sa aking mga lektura—at isa na ito sa mga ito—bago ibigay ang mga

ito. Ngunit sa sandaling masusing pag-aralan ko ang paksa, ang aking kaluluwa ay nagsisimulang magsalita sa akin tungkol sa mga kamanghamanghang bagay. Kapag nag-iisip ka nang malikhain, hindi mo nararamdaman ang katawan o ang mga nababagabag na emosyon, dahil sa mga sandaling iyon ay kasuwato ka ng banal na espiritu.

Ang ating katalinuhan ay hinuhubog ng imahe ng banal at malikhaing katalinuhan kung saan posible ang lahat ng bagay. Kung hindi tayo mamumuhay sa kamalayang iyon, tayo ay nagiging isang bungkos ng mga kumplikadong katangian. Sa pamamagitan ng positibo at malikhaing pag-iisip, nalalampasan natin ang mga katangiang iyon. Bukod pa rito, sa pamamagitan ng malikhaing pag-iisip, nakakahanap tayo ng mga sagot at solusyon sa lahat ng ating sariling mga tanong at mga tanong at problema ng iba.

Ang pagiging magagalitin ay parang kanser, sumisira sa panloob na kapayapaan. Ito ang dahilan kung bakit ang mga taong may matinding init ng ulo ay hindi nakakatakas sa kanilang mga paghihirap at problema.

Gaano man kalala ang kalagayan ng isang tao, hindi sila dapat magpadala sa kawalan ng pag-asa. Kaya nilang magtagumpay sa kanilang mga iniisip. Kapag ang isang taong madaling magalit ay nabigo, isinusuko nila ang kanilang mga kamay at inaamin ang pagkatalo. Ngunit ang taong nananatiling hindi nababagabag ang kanyang isipan ang siyang tunay na nagwagi sa laban ng buhay, kahit na ang mundo sa kanilang paligid ay nagngangalit na parang bulkan.

Gusto ba ng isang tao na makulong o lumaya? Kapag masyadong mahigpit nilang nililimitahan ang kanilang ugali, nawawalan sila ng kakayahang

patuloy na harapin ang mga hamon ng buhay. Kapag hinayaan nilang lumabo ang kanilang isipan dahil sa mga negatibong mood, humihina ang kanilang determinasyon at humihina ang kanilang determinasyon. Binabalot ng mga tendensiyang maging agresibo ang utak ng kalituhan at pagkalito, na nagpapahina sa mahusay na pagpapasya at ginagawang walang saysay ang lahat ng kanilang pagsisikap.

Maaaring malampasan ng isang tao ang kanilang pagkagalit, gaano man ito kalupit at hindi kanais-nais. Una, dapat silang magpasiya na hindi na sila magiging matamlay at mainitin ang ulo. At kung sakaling magkaroon ng pagbabago ng mood sa kabila ng kanilang determinasyon, dapat nilang suriin ito upang maunawaan kung paano ito pumasok at gumawa ng isang bagay na nakabubuti tungkol dito.

Bukod pa rito, walang dapat gawin nang pabaya, bagkus ay may maingat at malalim na pokus sa pag-iisip. Dapat tayong makisali sa mga malikhaing gawain dahil pinagkalooban tayo ng Diyos ng walang limitasyong potensyal. Ano ang katwiran para sa pagsuko sa sikolohikal na pagkabigo sa pamamagitan ng pagpapakasasa sa nakapanghihina at hindi malusog na mga kaisipan? Dapat palayain ang sarili mula sa mapanirang sikolohikal na mga estado na nagsisilbing preno sa mga gulong ng tunay na pag-unlad. Maliban kung ang mga gulong ay malaya mula sa mahigpit na preno, imposible ang paggalaw at pag-unlad. Paalalahanan ang iyong sarili tuwing umaga na ang Diyos ay kasama mo, at anuman ang iyong mga paghihirap, may kapangyarihan kang malampasan ang mga ito. Ikaw ang karapat-dapat na tagapagmana ng mga kapangyarihan ng Kataas-taasang Espiritu, at

samakatuwid, ikaw ay mas malakas kaysa sa mga pangyayari at mas dakila kaysa sa mga pangyayari.

Ang isang matalino at matalinong batang lalaki ay hindi nasisiyahan sa pagharap sa mga madaling problema; nasisiyahan siya sa mga mahirap. Ngunit maraming tao ang natatakot sa mga hamon ng buhay. Hindi ako kailanman natakot sa mga ito, dahil lagi akong nananalangin, "Diyos ko, dagdagan Mo po ang iyong lakas sa loob ko, panatilihin Mo po akong nasa positibong pag-iisip upang, sa iyong tulong, ay palagi kong malampasan ang aking mga paghihirap."

Mag-isip nang may konstruktibidad tungkol sa isang problema hanggang sa wala ka nang maisip pa. Kapag may problema akong hinaharap, ginagawa ko ang lahat ng posibleng hakbang para malutas ito, hanggang sa matapat at taos-puso kong masasabi: "Ginawa ko na ang aking makakaya at ito lang ang kaya kong gawin." Pagkatapos ay nakakalimutan ko na ang problema.

Ang taong laging nag-iisip ng problema ay nagiging magagalitin at madaling magalit. Iwasan ito. Kapag may lumitaw na problema, sa halip na ituon ang pansin dito, mag-isip ng lahat ng posibleng paraan upang malutas ito. Kung hindi ka makapag-isip nang malinaw, ihambing ang iyong mga alalahanin sa mga katulad na problemang kinakaharap ng iba at matuto mula sa kanilang mga karanasan upang matukoy ang mga landas patungo sa pagkabigo at ang mga landas patungo sa tagumpay. Piliin ang mga hakbang na tila pinakalohikal at makatotohanan, at mangakong isasagawa ang mga ito. Ang buong aklatan ng sansinukob ay nakaimbak sa iyo. Lahat ng gusto mong malaman ay naroon na. Upang maipakita ito,

kailangan mo lamang mag-isip nang malikhain at makabago.

Ang malupit na ugali ay nagpapapuri sa pag-unawa at nagpapatigas ng damdamin, na nagiging dahilan upang ang isang tao ay maging imposibleng makisama sa iba. Ang buhay sa tahanan ay dapat maging isang santuwaryo, ngunit ang malupit na ugali ay ginagawa itong isang kalunus-lunos na impyerno. Pag-uwi ng isang asawang lalaki, nadatnan niyang nalulumbay ang kanyang asawa, na nagiging imposibleng makipag-usap sa kanya. O maaaring bumalik ito na masama ang ugali, na nagiging imposibleng makipagkatuwiran sa kanya. Maraming problema ang dumarating sa mga tao dahil sa malupit na ugali. Kapag ang isang miyembro ng pamilya ay nag-aalab sa galit o walang pakialam, agad kang naapektuhan ng kanilang ugali. O marahil ay bumisita ka sa isang taong puno ng kagalakan, para lamang makita siyang palaaway at nakasasakit ng damdamin, na agad na nagpapaiyak sa iyong kaligayahan at nagpapaisip sa iyo na gumanti rin. Huwag hayaang makasakit sa iyo ang ugali ng iba.

Madaling maghiganti, ngunit ang pag-aalay ng pagmamahal ang pinakamahusay na paraan upang mapawi ang galit ng iba at maiwasan ang kanilang kapahamakan. Ang pagmamahal na iyon ay dapat na dalisay, dahil kapag ito ay nagmumula sa puso, ito ay may mahiwagang epekto.

Hindi natin dapat isipin ang mga kahihinatnan, kahit na ang ating pag-ibig ay sinalubong ng kawalang-bahala. Ang pag-ibig ay mas malakas kaysa sa poot, at ang epekto nito ay makapangyarihan at kahanga-hanga.

Alam mo ba na may isang kahanga-hangang hardin sa loob ng iyong kaluluwa? Isang kamangha-

manghang hardin ng mga kaisipan, mabango ng pagmamahal, kabaitan, pag-unawa, at kapayapaan— isang hardin na ang kagandahan at kasiyahan ay higit pa sa lahat ng mga bulaklak sa lupa at mababangong halaman. Lumilikha ka ng isang mabangong bulaklak tuwing may nagkakamali sa iyong pagkakaintindi sa galit, at palagi kang nag-aalok ng pagmamahal. Hindi ba't ang halimuyak ng pagmamahal at pag-unawang iyon ay mas tumatagal at dalisay kaysa sa anumang natural na rosas? Samakatuwid, laging tandaan na ang iyong isip ay isang hardin, at panatilihin itong maganda at mabango ng dalisay at sagradong mga kaisipan. Huwag itong hayaang maging isang maputik na latian na puno ng masasamang katangian ng poot. Kung iyong linangin ang mga bulaklak ng kapayapaan at pagmamahal, na puno ng makalangit na halimuyak, ang bubuyog ng espirituwal na kamalayan ay maaakit sa iyong hardin. Tulad ng bubuyog na naghahanap lamang ng mga bulaklak na naglalabas ng pinakamatamis na pulot, gayundin ang dadalawin ka ng Diyos kapag ang iyong buhay ay puno ng matamis at matingkad na mga kaisipan. Magpasya na hindi mo hahayaang tumubo ang mapaminsalang, nabubulok na damo ng kasamaan at galit sa hardin ng iyong mabubuting espirituwal na katangian. Habang mas nililintang mo ang mga sagradong katangian na parang namumulaklak na mga bulaklak, mas ihahayag ng Diyos ang Kanyang banal na presensya sa loob mo.

Sinasabi ng mga teksto ng karunungan Silanganin na ang taong mahinahon at mahinahon sa harap ng kaibigan at kaaway, hindi naaapektuhan ng dalawahang init at lamig, kasiyahan at sakit, ay lubhang mahalaga sa Diyos. Sa pamamagitan ng patuloy na pag-aalok ng pagmamahal sa mga may malupit at malupit na kalikasan, kapayapaan sa mga

nababagabag ng takot at nabibigatan ng mga alalahanin, katamisan sa mga may mapait na ugali, kagalakan sa mga nabibigatan ng paghihirap at kalungkutan, at sa pamamagitan ng pagpapakita ng halimbawa para sa mga naliligaw sa landas ng pagkakamali at kasalanan, nalalampasan mo ang mga negatibong katangian sa pamamagitan ng pagpapanatili ng iyong isipan na nakatuon sa mga kapaki-pakinabang at malikhaing gawain.

Madalas kong sabihin, "Kung magbabasa ka nang isang oras, magsulat ka nang dalawang oras; kung magsusulat ka nang dalawang oras, mag-isip ka nang tatlong oras; kung mag-iisip ka nang tatlong oras, magnilay-nilay ka sa lahat ng oras"

Ang Diyos ang pinagmumulan ng lahat ng kaligayahan, at posible tayong maabot Siya sa ating pang-araw-araw na buhay. Ngunit madalas na sinasamantala ng tao ang mga bagay na humahantong sa kalungkutan. Ang meditasyon ang pinakamahusay na paraan upang maalis ang masasamang gawi at mamuhay sa isang kamanghamanghang mundo—isang mundong katulad ng napagtanto ng dakilang pantas nang sabihin niyang, "O Panginoon, inaawit ko ang Iyong banal na pangalan at nawala ang aking sarili sa Iyo. Nang bumalik ako sa kamalayang ito, natuklasan kong iniwan ko na ang aking lumang katawan upang matagpuan ang aking sarili sa isang bagong katawan na ibinigay Mo sa akin!"

May katulad na kuwento sa India tungkol sa isa pang santo. Isang binata ang kamamatay lang at ang kanyang bangkay ay dinadala sa apoy. Habang sindihan na ng mga nagluluksa ang apoy, biglang lumitaw ang isang matandang lalaki, tumatakbo at sumisigaw, "Tigil! Huwag ninyong sindihan ang apoy!"

Gagamitin ko ang katawang iyan!" Pagkasabi niya ng mga salitang ito, ang katawan ng matanda ay bumagsak sa lupa na patay, habang ang binata ay bumangon mula sa tumpok ng panggatong at nagmadaling patungo sa kagubatan. Ang matanda ay isang dakilang santo at ayaw niyang maantala ang kanyang pagsamba sa pamamagitan ng pagbabalik sa buhay sa walang buhay na katawan ng isang bagong silang na sanggol, kaya nagpasya siyang gamitin ang katawan ng binata upang ipagpatuloy ang kanyang mga espirituwal na gawain.

Maraming kamangha-manghang bagay tungkol sa buhay at kamatayan ang naghihintay na matuklasan. Ang pagmumuni-muni ang paraan kung paano tayo dapat mamuhay nang naaayon sa ating banal na kalikasan at naaayon sa Diyos. Ang kamatayan ay nakakatakot sa sangkatauhan dahil inilayo nito ang Diyos sa ating buhay.

Lahat ng masasakit na bagay ay pinupuno tayo ng takot at pangamba dahil mahal natin ang mundo nang hindi natin nauunawaan ang kahulugan at layunin nito. Ngunit kapag nakikita natin ang Diyos sa lahat ng bagay, nawawala ang takot. Palagi tayong "ipinanganak" sa buhay at sa kamatayan. Sa totoo lang, ang kamatayan ay isang maling tawag dahil walang tinatawag na kamatayan. Kapag napapagod ang buhay, hinuhubad natin ang makapal na balabal ng laman at bumabalik sa banayad at mala-langit na mundo.

Ang kamatayan ay nangangahulugan ng katapusan. Ang karwahe na may mga sirang bahagi ay isang patay na karwahe dahil narating na nito ang katapusan. Ngunit ang imortal na kaluluwa ay hindi maaaring mamatay. Tuwing gabi, habang tayo ay natutulog, ang kaluluwa ay nabubuhay sa eteric na

katawan, walang kamalayan sa pisikal na katawan. Kung ang pagkawala ng pisikal na kamalayan ay nangangahulugan ng kamatayan, ang kaluluwa ay mamamatay kapag tayo ay natutulog. Ngunit hindi tayo namamatay kapag tayo ay natutulog, ni hindi rin tayo tuluyang nawawalan ng malay, dahil sa paggising, naaalala natin kung ang ating pagtulog ay mapayapa o hindi komportable. Gayundin, hindi tayo namamatay pagkatapos ng kamatayan.

Ang mga taong hinahayaang maging matigas ang kanilang mga isipan ay tunay na patay. Upang malutas ang misteryo ng buhay, kailangan mong ipanganak na muli araw-araw. Nangangahulugan ito ng pagsisikap araw-araw na pagbutihin ang iyong sarili sa anumang paraan. Higit sa lahat, dapat tayong manalangin sa Diyos na bigyan tayo ng karunungan, sapagkat kasama ng karunungan ang lahat ng bagay.

Ang pag-unawa, malikhaing pag-iisip, at nakabubuo at kapaki-pakinabang na mga kilos ay dapat linangin upang mapabuti ang ating sarili at makinabang ang iba. Ang bawat isa na naghahangad na makapasok sa Kaharian ng Diyos ay dapat tumulong sa iba araw-araw sa abot ng kanilang makakaya. Sa pamamagitan ng pagsunod sa landas na ito, makakaranas ang isang tao ng masiglang kagalakan na nagtataboy ng mga hindi kanais-nais na katangian. Ang kagalakang ito ay isa ring hindi nagkakamaling tagapagpahiwatig ng pag-unlad sa pag-iisip, pisikal, at espirituwal. Walang alinlangan na makakamit ang mas mataas na antas, dahil ito ang landas patungo sa Kaharian ng Diyos.

Dapat gawin ang lahat ng pagsisikap upang malampasan ang ugali, dahil sa sandaling makaramdam ng depresyon at pagkairita ang isang

tao, naghahasik siya ng mga binhi ng pagkakamali sa lupa ng sarili.

Ang pagpapakasasa sa masasamang gawi ay unti-unting kamatayan. Ngunit ang pagsisikap na maging masaya at optimistiko araw-araw, sa kabila ng lahat ng nakakabagabag at nakababahalang mga pagsubok, ay nagpapahiwatig ng isang maluwalhating muling pagsilang. Maliban kung ang muling pagsilang na ito ng tao ay magbabago tungo sa isang kahangahangang espirituwal na muling pagsilang, imposibleng mabago ang isang tao; mananatili silang walang pagbabago.

Nakakahawa ang ugali. At sa panahon ng pag-aalala at depresyon, maaari itong negatibong makaapekto sa malaking bahagi ng populasyon. Hindi dapat masyadong seryosohin ang mga hindi magagandang pangyayari sa buhay. Mas mabuting tumawa nang kaunti kaysa magdalamhati at magdalamhati sa bawat kasawiang maaaring dumating sa iyo.

Ang sarap maging optimistiko at laging subukang ngumiti

Kapag ang isang tao ay nagpapakita ng lakas ng loob, kagalakan, o alinman sa mga positibong katangian, siya ay muling isinisilang, ibig sabihin ay ang kanyang kamalayan ay nababago sa pamamagitan ng pagpapakita ng kanyang tunay na espirituwal na kalikasan.

At iyan ang bagong espirituwal na kapanganakan na siyang nagpapaging-dapat sa atin upang makita at makapasok sa Kaharian ng Langit.

Sumainyo ang kapayapaan

Ang pagkakaibigan ang pinakamataas na pagpapahayag
ng tao ng pagnanais ng Diyos na ipakita ang Kanyang
pagmamahal sa sangkatauhan

Ang Diyos ay nagkakaloob ng habag at pagmamahal sa
bagong silang na sanggol sa pamamagitan ng ama at ina.
Ang kanilang damdamin para sa sanggol ay likas at likas,
dahil itinakda ng Diyos na hindi maiiwasan ng ating mga
magulang na mahal in tayo. Ang pagkakaibigan, kung gayon,
ay dumarating sa atin bilang isang dalisay na pagpapahayag
.ng walang kundisyong pagmamahal ng Diyos para sa atin
Dalawang estranghero ang nagtagpo, at taglay ang
agarang at taos-pusong pagnanais, nais nilang magtulungan.
Nasuri mo na ba ang penomenong ito? Ang kusang-loob at
kapwa pagnanais na ito para sa pagsasama ay direktang
nagmumula sa sagradong batas ng atraksyon. Ang mga
gawa ng kapwa at pinatibay na pagkakaibigan sa pagitan ng
dalawang kaluluwa mula sa mga nakaraang buhay ay unti-
unting lumilikha ng isang espirituwal na ugnayan na hindi
mapigilang naglalapit sa kanila sa buhay na ito—saanman
.sila naroon

Maliban na lang kung ang salpok na ito ay nadungisan
ng pagkamakasarili at pagkahumaling sa kabilang kasarian,
ito ay dalisay at walang bahid. Ngunit sa kasamaang palad,
madalas itong nababahiran ng mga maruruming
.konsiderasyon

Ang pagkakaibigan ay namumulaklak at yumayabong
tulad ng isang mahamog na bulaklak sa puno ng ating mga
emosyonal na damdamin, at ito ay nadudungisan ng mga
tiwali at nakasusuklam na pagnanasa at makasarili at
.monopolistikong mga pag-uugali

Kung maglalagay ka ng ibang uri ng pataba sa mga ugat
ng isang puno, ang bunga ay magiging kaunti at
mababawasan. Gayundin, kapag ang isang tao ay
nagpapalusog sa puno ng pagkakaibigan nang may
makasariling damdamin, ang kanilang hindi karapat-dapat

na mga motibo ay pumipilipit at sumisira sa mga bunga ng pagkakaibigang iyon. Ang pagiging interesado sa isang tao dahil lamang sa sila ay mayaman o maimpluwensya at may magagawa para sa atin ay hindi matatawag na pagkakaibigan. Gayundin, ang pagkaakit sa isang tao dahil sa kanilang magandang mukha ay hindi pagkakaibigan. Kapag nawala ang kabataan at mapang-akit na alindog ng mukha na iyon, ang "pagkakaibigan" ay maglalaho at .magiging isang bagay ng nakaraan

Totoo na ang pagkakaibigan ay mahirap mahanap kahit saan; ang ibang mga taong nakikita mo araw-araw ay hindi mo naman talaga kilala; ang iba naman ay pakiramdam mo ay kilala mo na nang husto kahit hindi mo pa sila nakikilala; dapat matutunan at linangin ang wastong panloob na .intuwisyon

Panatilihing bukas ang iyong mga mata saan ka man naroroon, at kung nakakaramdam ka ng tunay na emosyonal na atraksyon sa isang tao, dapat mong palakasin ang pakikipagkakaibigan sa taong iyon dahil sila ay naging kaibigan .mo mula sa nakaraang buhay

Maraming kaibigan ang nakilala natin mula sa mga nakaraang buhay, ngunit ang mga pagkakaibigang iyon ay hindi nag-ugat o umabot sa kanilang buong potensyal. Mas mainam na magtayo sa mga umiiral na pundasyon kaysa maghukay sa buhanginan ng mga panandaliang kakilala.

Madaling isipin na marami kang kaibigan hanggang sa magdulot sila sa iyo ng sakit o pinsala, na nag-iiwan sa iyo .ng mapait na pagkabigo

Makihalubilo sa mga taong kilala sa kanilang)
at pumili ng iyong kaibigan mula sa mga katalinuhan,
(may mabuting asal

Maraming tao ang nagkakamali sa pagpili ng mga kaibigan dahil nalinlang sila ng mababaw na anyo. Ang tanging paraan upang makilala ang mga tunay na kaibigan ay ang pagninilay-nilay at hilingin sa Diyos na pag-isahin ka

sa kanila. Dapat kang magsikap na makahanap ng mga kasama sa isang dalisay at banal na paraan. Nangangahulugan ito ng paglilinis ng iyong kamalayan mula sa lahat ng kaisipan tungkol sa pisikal na kagandahan o anumang iba pang anyo na itinuturing mong mahahalagang salik na tumutukoy sa iyong damdamin sa iba. Kung gagawin mo ito, balang araw, sa pamamagitan ng biyaya ng Diyos, makakahanap ka ng mga tapat na kaibigan sa paligid mo saan ka man naroroon, at muling pagsasamahin ka rin ng Diyos, kahit sa espirituwal lamang, kasama ang mga kaibigang malayo, dahil ang mga dalisay na damdamin ay hindi napapailalim sa mga batas ng materya at hindi nakatali sa oras at espasyo. Mararamdaman mo ang pag-ibig ng Diyos sa pamamagitan ng mga mapagkumbabang paraan ng tao na hindi lumalaban sa Kanya ngunit hinahayaan ang Kanyang pag-ibig na dumaloy sa kanila nang dalisay at malinaw. Mula sa dalisay na puso ay darating ang mga pagpapala ng banal na pagkakaibigan sa iyo at sisikat ang .kanilang liwanag sa iyo

Imposibleng makaakit ng mga tunay na kaibigan maliban kung ang karakter ng isang tao ay malinis mula sa pagkamakasarili at mga hindi kanais-nais na katangian. Ang pinakadakilang sining ng pagkakaibigan at pakikisama ay ang kumilos nang may kadakilaan at paggalang. Nangangahulugan ito ng pagiging espirituwal, dalisay sa mga motibo at intensyon, hindi makasarili, malaya sa mga ilusyon at delusyon, at pagsisimula ng pagtatayo ng dakilang gusali ng pagkakaibigan sa mga pundasyong inilatag noong .unang panahon

Sa buhay mo, walang anuman sa lahat ng buhay ang Natutuwa ang mga mata ko sa isang kaibigang sumasang-ayon
At bawat kaibigan na ang pagmamahal ay hindi para sa kapakanan ng Diyos
Wala akong tiwala sa pagmamahal niya

Ang pagkakaibigan at pagmamahal ay dapat na
naroroon sa lahat ng ugnayan ng tao: sa pagitan ng mga
magulang at mga anak, sa pagitan ng mga mag-asawa, sa
pagitan ng mga lalaki at lalaki, sa pagitan ng mga babae at
babae, at sa pagitan ng mga lalaki at babae bilang
magkakapatid. Ito ay dalisay at malaya sa mga hadlang at
kundisyon. Kapag nararamdaman mo ang pagnanais na
makasama ang iba, ang nararamdaman mo ay ang
.presensya ng Diyos

Ang pagkakaibigan ay isang banal na motibasyon. Hindi
lamang inaalagaan ng Diyos ang Kanyang mga anak na tao
sa pamamagitan ng mga magulang at ilang kamag-anak;
nagbibigay din Siya ng mga kaibigan upang bigyan tayo ng
mga pagkakataong maipahayag ang dalisay at taos-pusong
.pagmamahal mula sa kaibuturan ng ating mga puso

Kung mas kaunti ang mga kapintasan ng tao at mas
maraming magagandang katangian ang taglay ng isang tao,
mas marami silang magiging kaibigan. Ang mga propeta at
dakilang tao ay magiging kaibigan ng lahat, at upang
maging katulad nila, dapat nating linisin ang ating
.pagmamahal mula sa bahid ng pagkamakasarili

Kapag nakumbinsi natin ang iba sa ating pagmamahal
At kapag tayo ay naging sigurado sa pamamagitan ng
mga pagsubok ng panahon at iba pang mga pagsubok
May isang taong tunay na nagmamahal sa atin mula sa
kaibuturan ng kanilang puso

At pareho tayo ng nararamdaman para sa taong iyon
Hindi para sa pansariling pakinabang, kundi para
lamang maramdaman ang pintig ng pagkakaibigan
Nakikita natin ang repleksyon ng Diyos at
nararamdaman natin ang presensya ng Diyos

At naririnig natin ang tinig ng Diyos sa pinagpalang
pagkakaibigang iyon

Hindi natin dapat hayaang manatili ang ating
pagmamahal sa iisang tao lamang, bagkus ay dapat nating

palakasin ang pundasyon ng sagradong pagmamahal na ito
.sa iba na may marangal na mithiin
Kung susubukan mo – nawa'y protektahan ka ng Diyos –
na makipagkaibigan sa isang taong may masamang balak,
mabibigo ka. Makipagkaibigan muna sa mabubuting tao, at
pagkatapos ay patuloy na magpalaganap ng mga damdamin
ng pakikipagkaibigan sa iba hanggang sa makaramdam ka
ng pagmamahal sa lahat at masasabing, "Ako ay kaibigan ng
".lahat

Ang mga dakilang propeta ay nakadama ng
pagmamahal sa iba, kaya naman sila ay nagpatawad nang
may kagandahang-loob at hinimok ang mga tao na
magpatawad ng mga pagkakasala at umiwas sa
.paghihiganti

Ang tunay na pagkakaibigan ay isang sagradong pag-
ibig dahil ito ay tapat, dalisay, tunay, at pangmatagalan
Isang pilosopo sa espirituwal ang magandang inilarawan
:ang pagkakaibigan nang sabihin niya
Ang pinakadakilang tipan na magagawa natin sa ating"
mga kaibigan ay ang sabihin: Hayaang ang katotohanan ay
maghari sa atin magpakailanman. Kay gandang sabihin
tungkol kay ganito at ganito: Hindi ko na kailangang
makipagkita sa kanya, makipag-usap sa kanya, o sumulat sa
kanya upang patunayan ang aking pakikipagkaibigan sa
kanya at hindi na namin kailangang magpadala ng mga
regalo upang kumpirmahin ang aming pagkakaibigan at
alalahanin ang isa't isa dahil nagtitiwala ako sa kanya at
umaasa sa kanya tulad ng pagtitiwala ko sa aking sarili
".saanman siya naroon at sa anumang paraan siya naroroon
Maaari tayong makipag-usap nang malaya at lantaran
sa ating mga kaibigan nang hindi nila tayo naiintindihan.
Ngunit ang pagkakaibigan ay hindi maaaring lumago at
yumabong hangga't mayroong anumang pahiwatig,
.pahayag, o kahilingan mula sa isa't isa

Ang pagkakaibigan ay mabubuo lamang sa pundasyon
ng kalayaan at espirituwal na pagkakapantay-pantay.

Samakatuwid, dapat nating tratuhin ang lahat ayon sa
pinagpalang liwanag na iyon, kinikilala na ang bawat tao ay
nilikha ayon sa wangis ng Diyos. Kung aapihin mo ang isang
tao, hindi mo mararanasan ang tamis ng kanilang
.pagkakaibigan

Marami ang tumatahak sa landas ng buhay nang walang
mga kaibigan. Hindi ko maisip kung paano nila
.magpapatuloy ang kanilang paglalakbay

Bihirang magkamali sa atin ang mga tunay na kaibigan.

At kung sakaling magkamali man sila, panandalian lamang
ito. Kung may magtaksil sa iyong tiwala at katapatan,
patuloy na ibigay sa kanila ang iyong pagmamahal at pag-
unawa na parang walang nangyari, tulad ng pag-asa mong
.makatanggap ng pag-unawa at pagmamahal mula sa iba
Ngunit kung ang taong iyon ay patuloy na kumikilos sa
paraang nagpapakita ng paghamak at poot sa iyo, at patuloy
na ipinapataw ang kamay ng pagkakaibigan sa kanya, mas
makabubuting bawiin mo ang iyong kamay hanggang sa
maitama niya ang kanyang pag-uugali at maging karapat-
.dapat sa karangalan ng pagkakaibigan

Ang pagkakaibigan ay dapat magsimula sa tahanan.

Kung may makita kang miyembro ng pamilya na partikular
na tugma sa iyo, sikapin mo munang linangin ang ugnayang
iyon. Pagkatapos, kung naakit ka sa isang kakilala mo na
may parehong pinahahalagahan, sikapin palakasin ang
.pagkakaibigang iyon

Dapat alisin ang lahat ng makasariling pagnanasa at
mahalay na damdamin sa mga kaibigan. Dapat palakasin
ang mga pakikipagkaibigan sa mabubuting tao. Habang mas
nagmumuni-muni ka, mas makikilala mo ang mga kaibigan
mula sa iyong nakaraan. Ang pagninilay ay gumigising sa
mga natutulog na alaala ng mga kaibigang kilala at minahal
.mo noong nakaraan

Maraming tao ang una kong nakita sa isang espirituwal
.na pangitain at pagkatapos ay nakilala ko rin kalaunan
Ang pagkakaibigan ay isang dakilang puwersang
kosmiko. Kapag malakas ang iyong pagnanais para sa
pagkakaibigan, at kahit na may isang estranghero na
espirituwal na nakakasundo mo, kahit na nasa South Pole,
ang magnetismo ng pagkakaibigan ay kahit papaano ay
.maglalapit sa inyo

Ang pagiging makasarili lamang ang may
kapangyarihang sirain ang magnet ng pagkakaisa sa loob
natin

Ang taong iniisip lamang ang sarili ay sumisira sa
pundasyon ng pagkakaibigan at binabalewala ang mga
.sagradong halaga nito

Ang mga taong ito ay walang kakayahang makaakit ng
mga kaibigan dahil hindi nila kayang palawakin ang kanilang
mga pananaw at yakapin ang mga biyaya ng buhay.

Pinagpala ka ng Diyos ng isang pamilya, kaibigan, upang
matutunan mo muna kung paano magmahal ng iba at
.pagkatapos ay ipaabot ang parehong pagmamahal sa lahat

Ang ating mga mahal sa buhay ay kinukuha mula sa
atin sa pamamagitan ng kamatayan at iba pang mga
pangyayari, upang matuto tayong hindi lamang mahalin ang
mga tao sa mga ugnayan ng tao, kundi mahalin din ang pag-
ibig mismo—ang pag-ibig na siyang Diyos, na nasa likod ng
lahat ng maskara ng tao. At sa pamamagitan ng banal na
pag-ibig, magagawa nating mahalin ang lahat bilang iba't
.ibang pagpapakita ng Panginoon ng Sansinukob

Ang pagkakaibigan ay nangangahulugang
pamumuhunan ng ating pag-ibig nang walang pansariling
interes. Sa kasal, may obligasyong sekswal, at sa buhay
pamilya, may mga minanang likas na ugali. Ngunit sa
pagkakaibigan, walang obligasyon o pamimilit, walang lugar
para sa pamimilit o anumang uri ng pamimilit. Sa halip, ito
ay isang kusang pagmamahal na nagmumula sa puso at

hindi nakatali sa mga kondisyon maliban sa kondisyon ng
katapatan, na kung saan walang pagkakaibigan ang
makakatagal. Ang kondisyong ito ay responsibilidad ng
parehong magkaibigan, dahil kailangan ng dalawa para sa
!tango

Ibigay natin ang ating pagmamahal sa lahat.

Ipanalangin natin na makilala natin ang ating mga kaibigan
mula sa nakaraan, at palakasin ang ating pakikipagkaibigan
sa kanila upang sa wakas ay maunawaan natin at maging
.karapat-dapat sa pakikipagkaibigan ng Diyos
Maliban kung mamahalin natin ang mga anak ng Diyos
sa pamamagitan ng diwa ng pagmamahal at pagkakaisa,
hindi natin mararamdaman ang pagmamahal ng Panginoon
.ng sangkatauhan

Wala akong kilalang estranghero At kay laking

!kaligayahan at kagalakan

Kahit ang isang taong itinuturing ang kanyang sarili na

aking kaaway ay hindi ko kayang iparamdam sa akin na
kinamumuhian ko siya

Kapag dumating ang paggising na iyon, mararamdaman

mo ang pagmamahal ng lahat

Ang pagmamahal na nararamdaman mo para sa mga

nilikha ng Diyos ay hindi kailanman namamatay
magpakailanman; ito ay lumalaki at lumalago hanggang sa
maramdaman mo sa pagmamahal ng mga kaibigan ang
banal na pagmamahal na nagmumula sa puso ng Diyos sa
.langit

Sumainyo nawa ang kapayapaan, aming mga

minamahal na kaibigan

Pag-unlad ng memorya

**Ang mga tao ay natatanging nilalang dahil sa
kakayahan ng memorya, na siyang nagpapaiba sa
kanila sa lahat ng iba pang nilalang. Ang bawat**

kaluluwa ay naghahangad na kusang hanapin ang banal na pinagmulan nito sa pamamagitan ng walang malay na pag-alaala sa sagradong pinagmulan nito. Ito ang nagpapaliwanag sa unti-unting ebolusyon ng lahat ng bagay sa sansinukob. Alinsunod sa banal na plano, ang bawat kaluluwa, sa pagkakaroon ng katawang tao—kabilang ang isang nabuo na utak at sistema ng nerbiyos—ay sa wakas ay nagtataglay ng paraan upang maalala nang may kamalayan ang mahalagang pagkakaisa nito sa banal.

Ang memorya ay ang kakayahang gamitin natin sa pag-alala sa ating mga karanasan; kung wala ito, malilimutan natin ang ating pag-unawa sa buhay at kakailanganin nating magsimulang muli sa bawat araw, tulad ng mga batang musmos. Ang isang taong nawalan ng malay at dahil dito, ang kanilang memorya ay kumikilos na parang isang bata.

Walang halaga o kahalagahan ang pagkuha ng mga pagsusulit kung hindi natin ito maaalala at maisabuhay muli. Natututo tayo sa pamamagitan ng pagsusuri sa ating mga iniisip, damdamin, at motibasyon, at sa pamamagitan ng pagsusuri sa ating mga nakaraang kilos. Ang kahalagahan at kahalagahan ng isang tao ay nakasalalay sa isang maayos na memorya.

Halimbawa, naaalala ni “Sami” na siya si Sami tuwing umaga pagkagising niya, at sa pamamagitan ng pag-alala, iniuugnay niya ang kanyang mga karanasan sa buhay sa pangalang Sami.

Kapag gusto nating maalala ang isang nakaraang karanasan, o kapag kailangan natin itong muli, maaari natin itong makuha sa pamamagitan ng ating subconscious mind. Sa pamamagitan ng pag-alala sa ating ginawa o nangyari sa atin noon, magagawa natin ang anumang gawain na nangangailangan ng

kasanayang natutunan o nasanay na natin noon. Maaari rin nating makilala ang pagkakaiba sa pagitan ng dapat nating gawin at kung ano ang dapat nating iwasan, depende sa sitwasyon.

Ang kaisipang subconscious ay palaging mapagbantay, itinatala ang lahat ng karanasan ng isang tao sa maghapon at ipinagpapatuloy ang gawain nito kahit na natutulog, binabantayan ang katawan na parang isang bantay sa gabi. Sa paggising, laging alam ng isang tao kung ang kanilang pagtulog ay mapayapa at mapayapa o hindi. Ang kapangyarihan ng memorya ng subconscious mind ay isa sa mga kakayahan ng palaging mapagbantay at pinagpalang banal na kamalayan.

Ang binhi ng kamalayang iyon ay nakatanim sa bawat kaluluwa, sapagkat ang kaluluwa, sa likas nitong kalikasan, ay nauunawaan na ito ay nabubuhay magpakailanman sa Diyos. Ang memorya ay ang binhi ng kawalang-hanggan; kung ating aalagaan at pauunlarin ito, maaalala natin ang lahat ng mga pangyayari sa buhay na ito at pati na rin ang ating mga nakaraang buhay.

Bilang mga tao, naaalala natin ang lahat ng pagsubok na ating hinarap sa buhay na ito. Kaya bakit hindi natin maalala ang lahat ng espirituwal na pagsubok na hinarap ng ating mga kaluluwa?

Ang memorya ay may dalawang katangian: ang memorya ng tao, na nagpapaalala sa lahat ng karanasan sa buhay na ito, at ang sagradong memorya, na nagpapaalala sa mga karanasan ng kaluluwa sa lahat ng anyo nito. Karamihan sa mga tao ay pamilyar lamang sa memorya ng tao.

Ngunit bakit ang ating sagradong alaala ay nakatambay at walang tigil, nawawala sa isang mahimbing na pagkakatulog?

Ang ilang mga tao ay may kakayahang maalala ang iba't ibang karanasan: pantao at espirituwal. Ang iba naman ay hindi malinaw na maalala kahit ang kanilang mga pinakabagong karanasan.

Ang memorya ay may mga antas at antas ayon sa kapasidad ng isip para sa pag-unawa. Ang edukasyon, pokus ng isip, pagninilay-nilay, at lahat ng di-malilimutang karanasan ay mahalaga para sa pagbuo ng isang mahusay na memorya. Kung walang pagbuo ng memorya, ang isang tao ay hindi makakakuha ng isang mayaman at komprehensibong pag-unawa. Kung ang isang tao ay kukuha ng isang pagsusulit at pagkatapos ay makakalimutan ito, mawawala sa kanila ang halaga at kahalagahan ng pagsusulit na iyon.

Sa pamamagitan ng pagpapabuti ng kalidad ng ating memorya, mapapatibay natin ito hanggang sa puntong maaalala natin ang lahat, kabilang ang ating makalangit na pinagmulan. At sa pamamagitan ng paggising sa ating sagradong memorya—upang maalala natin ang lahat ng karanasan ng ating mga nakaraang pagkakatawang-tao, pati na rin ang ating imortal na espirituwal na kalikasan—nakakamit natin ang imortalidad.

Ang wastong postura at angkop na mga ehersisyo ay kapaki-pakinabang para sa pagpapaunlad ng lakas ng memorya. Sa panahong ito, kung saan ang manu-manong paggawa ay napalitan ng mga makina sa iba't ibang trabaho at aspeto ng buhay, ang mga tao ay nagiging laging nakaupo at lubhang nangangailangan ng regular na ehersisyo. Samakatuwid, ang mga awtomatikong paraan ng ehersisyo ay binuo para magamit sa mga tahanan at gusali.

Kapag nag-eehersisyo, mahalagang ituon ang iyong isip sa mahahalagang enerhiya upang umani ng

pinakamalaking benepisyo. Hindi sapat ang basta pag-unat at pag-igting lamang ng iyong mga kalamnan; dapat mong gisingin at idirekta ang puwersa ng buhay na nagbibigay sa iyong katawan ng lakas at sigla.

May ilang mga pagkaing kapaki-pakinabang para sa utak, ang iba ay para sa mga kalamnan at nerbiyos, at ang iba pa ay para sa pisikal na pag-unlad at pagpapanatili ng iba't ibang organo at bahagi ng katawan. Upang mapahusay ang memorya, dapat kumain ng mga pagkaing nagpapalakas ng kakayahan sa pag-iisip. Halimbawa, ang pagkain ng giniling na walnut at almendras na hinaluan ng ilang patak ng katas ng dayap o orange bago matulog ay maaaring mapabuti ang memorya.

Sinasabi rin ng mga Yogi na ang gatas at keso ay mga pagkaing nakapagpapalakas ng utak. Iminumungkahi nila na sa mga oras ng pagkapagod at pagkabalisa, dapat uminom ng pinaghalong katas ng isa o dalawang dayap sa isang basong tubig, hugasan ang kanilang ulo ng malamig na tubig, at ibuhos din ito sa kanilang mga sentido, sa pagitan ng kanilang mga kilay, sa kanilang mga butas ng ilong, at sa kanilang mga tainga. Bilang resulta, ang mga nerbiyos ay nakakarelaks, ang isip ay nakakakalma, at ang mabuting memorya ay nagising.

Dapat iwasan ang labis na pagkonsumo ng mga pagkaing matatabang pagkain, dahil maaari itong maging sanhi ng pagbuo at pag-iipon ng mga deposito ng taba sa mga daluyan ng dugo sa ibabaw ng utak.

Sinasabi ng mga espiritistang Indian na ang baboy at baka ay nakakapinsala sa kalusugan ng tao. Ang dalawang uri ng karneng ito ay naglalaman ng mataas na antas ng uric acid. Bukod pa rito, ang

baboy at baka ay sinasabing may mahinang memorya. Ang pagkain ng kanilang karne, ayon sa kanila, ay maaaring makapagpahusay sa pisikal at mental na kakayahan ng isang tao.

Maaaring mapabuti ang memorya sa pamamagitan ng pagsasanay. Mali ang sabihin na ang isang taong mahina ang pisikal mula pa noong ipinanganak ay hindi kailanman magiging malakas. Palaging may mga posibilidad at potensyal na makamit ang mga dakilang bagay sa lahat ng aspeto ng buhay.

Dapat nating malaman kung paano hanapin ang tamang landas at ang tamang daan

Sinasabi ng ilang doktor na ang isang taong may namamanang kapansanan sa pag-iisip ay mananatili nang ganito habang buhay. Gayunpaman, ipinakita na maraming kapansanan sa pag-iisip ang maaaring malampasan sa pamamagitan ng mga ehersisyo sa konsentrasyon sa pag-iisip. Limitado ang pananaliksik sa larangang ito sa Kanluran, at samakatuwid maraming sikologo ang hindi bihasa sa mga pamamaraan ng malalim na konsentrasyon na itinuro ng mga dakilang yogis sa India ilang siglo na ang nakalilipas.

Ang mga tamang pamamaraan para sa pagpapaunlad ng konsentrasyon ay hindi alam ng karamihan sa mga tao. Ang mga kakayahang pangkaisipan ay mayroon na ngunit hindi pa ganap na nabubuo. Ang pagkabigong malinang ang mga kapasidad at kakayahang tumanggap ng kaisipan ay humahantong sa mga malulubhang problema. Tulad ng katawan, ang utak ay nangangailangan ng wastong ehersisyo para sa kalusugan, aktibidad, at sigla.

Samakatuwid, ang pagbuo ng mahusay na memorya ay nangangailangan ng pisikal na ehersisyo, pagkain ng masusustansyang pagkain, at maayos na positibong pag-iisip.

Subukang alalahanin ang mga partikular na bagay at makisali sa mental na paggunita. Tumingin sa isang bagay, isang eksena, o isang magandang tanawin, pagkatapos ay subukang muling likhain ang imaheng iyon sa iyong isipan. Ang pagsisikap na matandaan ang mga himig ng mga kanta at himno, at ang pag-awit ng mga ito sa isip, ay nakakatulong din sa pagpapaunlad ng memorya.

Anumang bagay na ginagawa nang may malalim at maingat na kamalayan ay magpapahusay sa memorya

Ang tula at musika ay nagtataglay ng kakaibang katangiang emosyonal. Madali nating naaalala ang pinakamatinding kalungkutan at pinakamalaking kagalakan sa ating buhay. Bakit? Dahil ang damdamin sa likod ng mga karanasang iyon ay matindi.

Anumang nararamdaman nang matindi ay nagpapalakas ng memorya. Bukod pa rito, ang paggawa ng mga tula at mga pagsasanay sa pag-iisip tulad ng pagdaragdag at pagbabawas ay mahusay ding mga pamamaraan para sa pagpapaunlad ng memorya at pokus ng isip.

Upang mapahusay ang kapasidad ng memorya, ang lahat ay dapat gawin nang may malalim na pokus sa pag-iisip. Karamihan sa mga tao ay nagsasagawa ng kanilang mga gawain nang may pagala-gala na pag-iisip, na nagreresulta sa isang malaking agwat sa pagitan ng kanilang mga kilos at pag-iisip. Ito ang dahilan kung bakit wala silang masyadong natatandaang anuman. Kung nais matandaan ng

isang tao ang isang bagay, dapat nila itong gawin nang may buong kamalayan at kamalayan.

Para sa mga nagmamahal sa Diyos, ang pag-iisip tungkol sa kanilang mga tungkulin habang ginagampanan ang mga ito ay hindi pumipigil sa kanila na mag-isip tungkol sa Diyos nang sabay. Gayunpaman, sa panahon ng pagmumuni-muni, ang Diyos lamang ang dapat isipin. Dapat tandaan na ang memorya ay pinapalakas at ang kapasidad nito para sa pag-unawa ay lumalawak sa pamamagitan ng pagmumuni-muni.

Ano ang meditasyon? Ito ay pakikipag-isa sa unibersal na espiritu, paglampas sa lahat ng limitasyon ng tao, at pagsisikap na tandaan na ang tao ay espiritu, hindi katawan. Kapag sinimulan ng nagmumuni-muni ang malay na pagsisikap sa pag-iisip na ikonekta ang kanyang sarili sa imortal na kaluluwa sa halip na sa katawan na kanyang tinitirhan sa loob lamang ng isang buhay, maaalala niya ang marami sa kanyang mga nakaraang karanasan sa buhay at sa huli ay maaalala na siya ay nagmula sa puso ng Diyos.

Sa Diyos nakasalalay ang alaala ng lahat ng buhay ng tao at ng bawat indibidwal. Kapag ang isang tao ay naaayon sa kanyang espirituwal na sarili, ang mga nakalipas na panahon at nakalimutang kapangyarihan ng walang-hanggang banal na sarili ay muling lilitaw sa kanyang kamalayan. Ang meditasyon ay nangangahulugan ng pag-alala na ang isang tao ay hindi isang mortal na katawan kundi isang imortal na kaluluwa: kaisa ng Diyos.

Sa araw, iniisip natin ang ating sarili bilang mga taong limitado, ngunit sa gabi, habang natutulog nang mahimbing at walang panaginip, nakakalimutan natin ang ating kalagayan bilang tao.

Sa pamamagitan ng pagmumuni-muni, maaari tayong, sa pamamagitan ng ating sariling pagsisikap, makatakas, kahit pansamantala lamang, mula sa mga makamundong pagkakabit. Maaari nating isuko ang pisikal na kamalayan at tandaan na tayo ay mga banal na espiritu. Ang mga nagtitiyaga sa pagsasanay na ito ay nagiging mga panginoon ng kanilang sarili at tunay na mga gabay.

Binigyan tayo ng Diyos ng memorya upang makalikha at maalala natin ang lahat ng mabuti at marangal. Ang maling paggamit ng memorya ay nagdudulot ng matinding pinsala sa sangkatauhan.

Ang isang taong nagkikimkim ng sama ng loob at poot sa ibang tao dahil sa isang nakaraang sakit ay gumagamit ng kanilang alaala nang mali. Gayunpaman, walang masama sa pag-alala sa mga masasamang karanasan upang matuto mula sa mga ito. Sa ganitong paraan, sinusuri ng isang tao ang kanilang mga nakaraang aksyon at iniwasan ang pag-uulit ng parehong mga pagkakamali na humantong sa mapait at masasakit na bunga.

Hindi dapat balikan ang mga maling kaisipan, dahil mas matagal itong mananatili sa isipan na ibinigay sa atin ng Diyos bilang alaala upang mapanatili nating buhay ang mga aral sa buhay at mga positibong karanasan. Ang mga maling kaisipan sa nakaraan ay dapat iwaksi sa pamamagitan ng pag-iwas sa pag-alala sa mga ito. Kung pipilit silang pumasok sa isipan, dapat nating tanggihan ang mga ito.

Inuulit namin: ang pag-iisip at pag-uulit ng masasamang karanasan ay maling paggamit ng alaalang ibinigay sa atin ng Diyos. Sa halip, dapat ipasiya ng isang tao na gamitin lamang ang kanilang memorya para sa mga positibong kaisipan at

marangal na karanasan, at alisin ang lahat ng hindi kanais-nais at nakamumuhing alaala sa kanilang isipan.

Dapat nating makita, marinig, matikman, mahipo, madama, at hangarin ang lahat ng mabuti, kapaki-pakinabang, mabuti, at kapaki-pakinabang. At dapat nating ingatan ang masasayang karanasan at pagsubok sa ating alaala.

Isang taong nakakaramdam ng magagandang emosyon, nag-iisip ng marangal na mga kaisipan, at nakakakita lamang ng kabutihan sa kalikasan at ang mga mabubuting bagay lamang ang maaalala ng mga tao.

Binigyan tayo ng alaala bilang isang sagradong regalo upang makapagsanay tayo sa pag-alala ng mabubuting bagay hanggang sa wakas ay maalala natin ang pinakadakilang kabutihan: ang Diyos

Habang pinagmamasdan natin ang kabutihan at katuwiran sa lahat ng bagay, balang araw ay matutuklasan natin na ang nakatagong banal na kapangyarihan ay dudurog at magkakalat sa lahat ng maliliit na butas ng mga kaisipan, damdamin, at damdamin kung saan nasulyapan lamang natin ang mga kislap ng banal na kagandahan at pagkakasundo sa nilikha, at sa pamamagitan ng bintana ng espirituwal na kamalayan ay makikita natin ang ganap na kabutihan at ganap na pagiging perpekto.

Hinihiling namin sa Diyos na tulungan kaming gisingin at muling paningas in ang walang hanggang apoy ng sagradong alaala hanggang sa masunog nito ang kadiliman ng pagkalimot at kapabayaang, upang maalala namin na kami ay kaisa ng espiritu ng Diyos at ng Kanyang pangkalahatang pag-ibig noon at ngayon.

**Kung naaalala mo ang Diyos sa
umaga**

**Sa tanghali at sa gabi
Magiging masigla at masayahin ang
iyong pakiramdam**

**Lumipad na parang agila sa
kalangitan**

**Gugugulin mo ang iyong oras sa
kaginhawahan**

**At ito ay dinadala na parang
bango sa hangin**

**Ang iyong tiwala sa Lumikha ang
pinakamatalas na sandata**

**Maghanda ng sarili ng katiyakan
at pag-asa**

**Kung hahanapin mo ang Diyos, ang
pinagmumulan ng katuwiran**

**Siya ay nagiging mayaman, hindi,
siya ang nagiging pinakamayaman sa
lahat ng mayayaman**

Isang napatunayang katotohanan

Guro Paramhansa Yogananda

Pagsasalin: Mahmoud Abbas Masoud

**Huwag ninyong balewalain ang aking mga salita
nang may pag-aalinlangan bago ninyo subukan ang
pamamaraan para sa inyong sarili. Maaaring sawa na
kayo sa pakikinig ng maraming teorya na walang
kinalaman sa inyong buhay. Ang sinasabi ko ay hindi
isang teorya, kundi isang napatunayang katotohanan,
at susubukan kong bigyan kayo ng ideya kung ano
talaga ang maaaring masubukan.**

**Pinalad akong malaman ang katotohanang
siyentipikong ito mula sa isa sa mga dakilang pantas**

ng India maraming taon na ang nakalilipas. Maaaring magtaka kayo kung bakit ko kayo hinihikayat at itinutuon ang inyong pansin sa mga katotohanang ito. Mayroon ba akong anumang makasariling motibo? Ang sagot ko ay talagang hindi. Ang nais ko lang ay ipakita ang mga katotohanang ito sa inyo, umaasang makatanggap ng dalisay na kagalakan bilang kapalit sa pagtulong sa inyo na mahanap ang inyong kaligayahan sa pagsasagawa ng mga ito at pagdanas ng kanilang lubos na kaligayahan.

Ngayon, kailangan kong gumamit ng ilang aspeto ng pisyolohiya upang kahit papaano ay magkaroon ng pangkalahatang pag-unawa sa proseso. Babanggitin ko ang paggana ng mga pangunahing sentro o ehe at ang kuryenteng dumadaloy mula sa utak—sa pamamagitan ng mga sentrong ito—patungo sa mga panlabas at panloob na organong pandama, na nagpapanatili sa mga ito na buhay at masigla.

Mayroong anim na pangunahing sentro kung saan ang mahalagang kuryente, o kuryenteng pangbuhay, ay ipinapadala sa buong sistema ng nerbiyos. Ang mga sentrong ito ay:

- 1 Sentro ng Medulla**
- 2 Sentro ng Serviks**
- 3 Sentro ng Dorsal**
- 4 Sentro ng Lumbar**
- 5 Sentro ng Sakral**
- 6 Sentro ng Coccygeal**

Ang utak ang kataas-taasang tagapamahagi ng kuryente (ang mas mataas na sentro), at lahat ng

sentro ay konektado sa isa't isa at gumagana sa ilalim ng impluwensya ng kataas-taasang sentro (mga selula ng utak). Ang mga selula ng utak ay nagpapadala ng mahalagang kuryente (o kuryente) sa pamamagitan ng mga sentrong ito o mga vertebral axon, na siya namang naglalabas ng kanilang karga sa kuryente papunta sa mga afferent at transmitting nerve na siyang pumalit sa mga tungkulin ng mga sensory impulses at sensations ng touch at sight, atbp.

Ang kuryenteng ito na inilalabas ng utak ang siyang nagbibigay-buhay sa pisikal na katawan (kabilang ang mga panloob at panlabas na organo nito). Sa pamamagitan ng elektrikal na midyum na ito, ang impormasyong pandama ay ipinapadala sa utak, na nagpapasimula sa pagproseso ng mga kaisipan.

Kung nais ng kaluluwa na pigilan ang daloy ng mga nakakagambalang ulat ng mga sensasyon sa katawan (na tumutulong sa paglitaw ng magkakaugnay na mga loop ng pag-iisip), dapat nitong kontrolin ang kuryente at baligtarin ang daloy nito mula sa buong sistema ng nerbiyos patungo sa pitong pangunahing sentro (kabilang ang utak), upang sa ganitong paraan ay mabigyan nito ng kumpletong pahinga ang mga panlabas at panloob na organo.

Habang natutulog, ang mga koneksyong elektrikal sa pagitan ng utak at mga organong pandama ay bahagyang napuputol, na pumipigil sa mga normal na sensasyon tulad ng pandinig at paghipo na makarating sa utak. Dahil hindi kumpleto ang pagkaantala na ito, anumang sapat na malakas

na panlabas na stimulus ay maaaring muling maitatag ang koneksyong elektrikal na ito, na nagpapahintulot sa stimulus na makarating sa utak at gisingin ang tao. Gayunpaman, habang natutulog, isang patuloy na kuryenteng dumadaloy sa mga panloob na organo—ang puso, baga, at iba pa—na nagpapanatili sa mga ito na buhay at gumagana.

Dahil ang aktibidad na elektrikal ng katawan habang natutulog ay hindi ganap na kontrolado, ang mga pisikal na sensasyon tulad ng discomfort, sakit, at malakas na panlabas na stimuli ay maaaring makagambala sa natutulog. Gayunpaman, sa pamamagitan ng paggamit ng isang siyentipikong makatwirang pamamaraan, maaari nating sabay-sabay at ganap na kontrolin ang parehong panloob at panlabas na mga tungkulin ng katawan—ito ang tugatog ng pagsasanay. Ngunit ang pagkamit ng ganap na kontrol ay maaaring mangailangan ng maraming taon ng dedikadong pagsasanay.

Kung paanong ang mga panlabas na organo ay nare-refresh pagkatapos matulog, na isang pahinga para sa katawan, gayundin ang mga panloob na organo ay lubos na nare-refresh bilang resulta ng pagsasagawa ng siyentipikong pamamaraang ito, at ang kanilang lakas ay tumataas, na nakakatulong upang pahabain ang buhay.

Kung paanong hindi tayo natatakot sa pagtulog dahil baka manatiling natutulog at hindi na gumana ang ating mga pandama, hindi rin tayo dapat mag-atubiling magsagawa ng malay na kamatayan, ibig sabihin, ang pagbibigay ng pahinga sa ating mga panloob na organo. Kung gayon, ang kamatayan ay nasa ilalim ng ating kontrol, upang kapag nalaman

nating ang pisikal na bahay na ito ay naging sira-sira at hindi na matitirhan, maaari natin itong iwanan nang kusa at may buong kamalayan. "Ang huling kaaway na matatalo ay ang kamatayan"

Maaari nating ilarawan ang pamamaraang ito gamit ang sumusunod na halimbawa:

Kung ang pangunahing palitan ng telepono sa isang lungsod ay nakakonekta sa iba't ibang bahagi ng lungsod, ang mga tumatawag sa mga bahaging iyon ay maaaring patuloy na kumonekta sa sentral na palitan sa pamamagitan ng kuryenteng dumadaloy sa mga kable, anuman ang pamamahala o kontrol ng palitan. Gayunpaman, kung nais ng pangunahing palitan ng telepono na idiskonekta ang iba't ibang palitan, maaari nitong patayin ang pangunahing switch ng kuryente, kaya't ititigil ang daloy ng kuryente sa iba't ibang bahagi ng lungsod.

Gayundin, ang siyentipikong pamamaraan ay nagbibigay sa atin ng kinakailangang proseso upang hilahin ang mahalagang daloy—na ipinamamahagi sa ating katawan—patungo sa ating mga gitnang rehiyon, katulad ng gulugod at utak. Gumagana ang pamamaraan sa pamamagitan ng pag-magnetize sa gulugod at utak, na naglalaman ng pitong pangunahing sentro ng enerhiya. Bilang resulta, ang puwersa ng buhay na ipinamamahagi sa buong katawan ay hinihila at ipinapadala sa pamamagitan ng gulugod patungo sa utak. Pagdating sa utak, nararamdaman at nararanasan natin ito bilang liwanag. Sa ganitong estado, ang espirituwal na sarili ay nakakapagpalaya sa sarili mula sa mga pisikal at mental na pang-abala.

Ang espirituwal na sarili ay nababagabag ng mga papasok na ulat sa telepono—labag sa kalooban nito—mula sa dalawang uri ng "tao": isang mataas na uri (mga kaisipan) at isang mababang uri (mga pisikal na sensasyon). Upang maputol ang ugnayan sa dalawang uring ito, kailangan nitong hilahin ang kuryenteng dumadaloy sa mga kable ng telepono patungo sa gitnang baterya sa pamamagitan ng pagpatay sa switch ng kuryente (ibig sabihin, sa pamamagitan ng pagsasanay ng meditasyon) upang matamasa nito ang kapayapaan at kalayaan.

Ang atensyon ang pangunahing direktor at tagapamahagi ng enerhiya, na responsable sa pagpapadala ng mahalagang kuryente mula sa utak patungo sa mga sensory at motor nerve. Halimbawa, kapag itinataboy natin ang isang nakakainis na langaw, ginagamit natin ang kapangyarihan ng atensyon upang magpadala ng kuryente sa mga motor nerve, na nagreresulta sa nais na paggalaw ng kamay. Binanggit ko ito upang magbigay ng ideya tungkol sa kapangyarihan ng atensyon, kung saan ang kuryente sa loob ng katawan ay maaaring kontrolin at idirekta sa mga nabanggit na sentro.

Dito ko nais ilarawan ang mga estado na sumusunod sa ganap na kontrol ng bioelectric current. Sa una, ang tao ay nakakaranas ng isang kaakit-akit na sensasyon dahil sa magnetization ng gulugod. Gayunpaman, ang patuloy at matagalang pagsasanay ay magdudulot ng isang estado ng malay na kaligayahan na nagpapawalang-bisa sa pagpukaw sa kamalayan ng katawan.

Inilarawan natin ang maligayang kalagayang ito bilang ating sukdulang layunin at pangkalahatang

pangangailangan, dahil dito ay nararanasan natin ang tunay na kamalayan sa Diyos o kaligayahan at nadarama ang paglawak ng ating kamalayan. Habang mas nararanasan natin ang kalagayang ito, mas nababawasan at nalalanta ang ating sariling katangian (ang ating maliit na sarili o ego), at mas mabilis tayong napapalapit sa kosmikong kamalayan at nagiging malapit at direktang konektado sa Diyos.

Ang relihiyon, sa katotohanan, ay walang iba kundi ang pagkawasak ng ating mga indibidwal na sarili sa loob ng ating kosmikong kamalayan. Samakatuwid, sa maligayang kalagayang ito, umaakyat tayo sa hagdan ng pananampalataya, iniwan ang nakakapigil-hiningang kapaligiran ng mga pandama at ang kaguluhan ng pag-iisip, at pumapasok sa mga lupain ng banal na kaligayahan.

Sa pamamagitan ng pamamaraang ito, natatanto natin ang mga katotohanang kosmiko, at kapag ang pinagpalang kalagayang ito ay naging totoo - sa pamamagitan ng patuloy na pagsasanay - matatagpuan natin ang ating mga sarili na palaging nasa piling ng pinagpalang Panginoon sa loob natin, at ginagampanan natin ang ating mga tungkulin sa mas mahusay na paraan nang hindi tinitingnan ang mga bunga ng gawain, kaya mas pinahahalagahan natin ang mga tungkulin kaysa sa ating sarili (ang ego) at ang mga damdamin ng kasiyahan at sakit na dulot ng egong iyon.

Sa mga turo ng lahat ng relihiyon—Kristiyanismo, Islam, at Hinduismo—mayroong isang pangunahing katotohanan: maliban kung kinikilala ng isang tao ang kanilang esensya bilang isang espiritu—ang pinagmumulan ng kaligayahan—sila ay mananatili sa

limitadong pag-iisip at napapailalim sa matigas ang ulo at hindi mapagpatawad na mga batas ng kalikasan. Ang pag-alam sa kanilang tunay na kalikasan ay nagdudulot ng walang hanggang kalayaan. Hindi natin makikilala ang Diyos maliban sa pamamagitan ng pagkilala sa ating sarili, sapagkat ang esensya ng ating kalikasan ay katulad ng sa Kanya. Ang mga tao ay nilikha ayon sa wangis ng Diyos. Sa pamamagitan ng masigasig at taos-pusong pagsasagawa ng tunay na siyentipikong pagmumuni-muni, makikilala mo ang iyong sarili—ibig sabihin, mapagtatanto mo na ikaw ay isang pinagpalang espiritu—at makikilala mo ang Diyos.

Saklaw ng mga pamamaraan ng espirituwal na meditasyon ang lahat ng kinakailangang paraan upang makilala ang Diyos. Hindi sila nakatuon sa mga pagkakaiba sa mga relihiyon at paniniwala dahil ang ilan sa mga pagkakaibang ito ay lumilikha ng kalituhan sa pag-iisip ng mga tao.

Ang kahigitan ng siyentipikong pagmumuni-muni kaysa sa ibang mga pamamaraan ay nakasalalay sa malapit na koneksyon at direktang pagkilos nito sa mismong bagay na nagbubuklod sa atin sa ating limitadong sarili: ang enerhiya ng buhay. Sa halip na ilipat ang enerhiyang ito papasok at isama ito sa lumalawak at malawak na kapangyarihan ng espiritu, dumadaloy ito palabas, pinapanatili ang katawan at isip na patuloy na gumagalaw, na nagdudulot ng mga kaguluhan sa espirituwal na sarili sa anyo ng mga pisikal na sensasyon at panandaliang mga kaisipan.

Dahil ang enerhiya ng buhay ay dumadaloy palabas, ang mga sensasyon at kaisipan ay nagpapabago sa imahe ng dalisay at tahimik na

kaluluwa. Itinuturo sa atin ng pamamaraang ito kung paano idirekta ang enerhiya ng buhay papasok. Samakatuwid, ito ay isang direkta at agarang pamamaraan, na direktang nagdadala sa atin sa kamalayan ng kaluluwa: sa pinagpalang kamalayan ng Diyos, nang hindi nangangailangan ng anumang iba pang midyum.

Ang pamamaraang ito ay upang isaayos at idirekta ang daloy ng enerhiya ng buhay sa pamamagitan ng pagsasaayos at pagkontrol sa isa sa mga kilalang manipestasyon na direktang nauugnay sa enerhiya ng buhay mismo.

Mahalagang tandaan na lahat ng landas ng relihiyon sa mundo ay nagrerekomenda ng paggamit ng direkta o hindi direktang pamamaraan, pahiwatig man o tahasan, upang kontrolin ang daloy ng enerhiya ng buhay at baligtarin ang direksyon nito upang malampasan natin ang katawan at isipan at makilala ang kaluluwa sa pamamagitan ng pag-alam sa esensya ng kalikasan nito at ang kalikasan ng esensya nito.

Ang pagkakaroon ng buhay sa isang tao ay ang kaligtasan, at ang kawalan nito ay ang pagkalipol. Samakatuwid, ang pamamaraan na gagabay sa isang tao upang direktang kontrolin ang buhay ang siyang pinakamahusay na pamamaraan.

Ang mga pantas na tao mula sa iba't ibang henerasyon at bansa ay nagrekomenda ng mga pamamaraan na angkop sa isipan at kalagayan ng mga taong kanilang kinabibilangan. Ang ilan ay nagbigay-diin sa panalangin, ang ilan ay damdamin, ang ilan ay kilos, ang ilan ay pagmamahal, at ang iba naman ay pangangatwiran o pag-iisip at pagmumuni-

muni. Ngunit ang kanilang mga motibasyon ay pareho.

Pinagtibay nilang lahat ang pangangailangang malampasan ang pisikal na kamalayan sa pamamagitan ng pagbaligtad sa daloy ng enerhiya ng buhay upang ito ay dumaloy papasok. Pinagtibay din nila ang pangangailangan ng pagkilala sa sarili at ang paglitaw nito mula sa likod ng mga belo, tulad ng malinaw at tiyak na paglitaw ng imahe ng araw sa tahimik at kalmadong tubig. Binigyang-diin nilang lahat ang bisa at bisa ng metodolohiyang meditative, nang hindi nangangailangan ng ibang tagapamagitan.

Dapat ding tandaan na ang pagsasagawa ng pamamaraang ito ay hindi nakakahadlang sa pag-unlad ng mental o pisikal na lakas, tulad ng hindi ito hadlang sa mga kapaki-pakinabang na aktibidad panlipunan na pinangungunahan ng pinakamaselan at pino na mga damdamin at pinakamarangal na motibo na nakatuon sa paglilingkod sa sangkatauhan.

Sa katunayan, itinataguyod at inirerekomenda namin ang holistikong pag-unlad ng indibidwal, dahil ang pag-unlad na ito ay hindi maiiwasang magpapadali sa pagsasagawa ng landas na ito sa halip na hadlangan ito. Ang tanging kailangan ay ang pag-unawa at masigasig na pagsasagawa ng landas, at lahat ng mga aksyon at mithiin ay magiging para sa pinakamahusay na interes ng naghahanap.

Ang mahalagang punto sa pamamaraang ito ay ang wastong pag-unawa sa enerhiya ng buhay na sumusuporta sa katawan ng tao at nagpapanatili nitong masigla at masigla.

Maikling mga pagpapatibay ng pagpapagaling

O Panginoon, ang Iyong pinagpalang liwanag ay nagniningning mula sa mga propeta, santo, at pantas ng lahat ng relihiyon, at mula rin sa akin. Ang banal na liwanag na ito ay nasa bawat selula at tisyu ng aking katawan, at sa pamamagitan ng Iyong biyaya ako ay malusog at maayos.

O malay na kosmikong aktibidad

Buhay ka sa loob ko!

Ang mga solid, likido, at gas na pagkain ay binabago ng kapangyarihan ng Diyos tungo sa buhay na enerhiya

Para suportahan ang aking katawan

O Panginoon, ang mga selula ng aking katawan ay gawa sa liwanag

Ito ay sa iyong diwa, sapagkat ikaw ang diwa ng kasakdalan

Ligtas na siya kung gayon, dahil ikaw ang pinagmumulan ng kagalingan

Ang esensya nito ay espiritu, at ikaw ang espiritu sa malawak na sansinukob

At ito ay walang hanggan dahil ikaw ang pinagmulan ng pag-iral

Dahil ikaw ang kahulugan ng walang hanggan

Pakiramdam ko ay nabago, malakas, at masigla

Ang iyong aktibidad ay umaapaw sa buhay

At ang katawan ko ay dumadaloy dito

**Ang kapangyarihang nakapagpapagaling ng
espiritu**

Ako'y nilikhang isang liwanag

Mula sa dalisay na diwa ng Diyos

Palagi akong malusog

Dahil nasa loob ko ito

Nandoon ang kanyang lakas

Sa bawat bahagi ng katawan

**Malakas ang tiyan dahil naglalaman ito ng
Kanyang liwanag**

Ang Tagapagpagaling ng lahat ng karamdaman!

**Alam kong tiyak na lahat ng sakit, sa iba't ibang
anyo nito, ay sanhi ng**

**Tungkol sa pagbalewala sa mga regulasyon sa
kalusugan, aalisin ko ang sakit sa pamamagitan ng
masustansyang pagkain.**

**Wastong ehersisyo, matinong pag-iisip, at
mabuting intensyon**

**O Panginoon, ang Iyong liwanag ay nasa bawat
atomo ng aking katawan**

Sa bawat isa sa aking mga selula

Sa bawat selula ng dugo,

At bawat ugat sa aking katawan

Sa aking utak at mga tisyu

Kaya naman, ako ay nasa mabuting kalusugan at kagalingan

Dahil ikaw ay nabubuhay sa akin, at ikaw ang kapangyarihang magpagaling

Ang liwanag at kapakanan ng Diyos ay tumatagos sa madilim na sulok ng aking mga pisikal na karamdaman

Ang kanyang nakapagpapagaling na liwanag ay sumisikat sa bawat selula ng aking katawan

Kaya ito ay mainam dahil taglay nito ang Kanyang liwanag

Gayundin, ang Kanyang pagiging perpekto

Espesyal na diin sa kapangyarihan ng pag-iisip

Sa tingin ko at alam kong nagsisimula na ang aking aktibidad

Mula sa utak hanggang sa katawan

Ang buhos ng liwanag ay dumadaloy palabas

Mula sa mga ugat ng aking mga tisyu

At ito'y dumadaloy mula sa aking utak

Sa mga selula at nerbiyos

At sa mga talata ay sinisimulan niya

Ang daloy ng kapangyarihang nakapagpapagaling

Mula sa gulugod

Bilang foam o bilang spray

Para magbigay ng sustansya sa mga selula ng katawan

Purong kagalingan!

O Panginoon, sinasamba kita

Sa lahat ng mabuti

At nakikita ko ang iyong katuwiran

Sa bawat magandang ideya

Ang Iyong ganap na kapangyarihan ang lunas sa bawat karamdaman

Nasa akin ito, kaya hindi ako nakakaramdam ng pagod

Nawa'y sumikat ang iyong nakapagpapagaling na liwanag

Mula sa kadiliman ng malalim na kamangmangan

Saanman may liwanag, naroon ang kasakdalan at kadalisayan

Sa damdamin, kalooban, at pag-iisip

Idirekta ang aking mga damdamin, kung gayon, kasama ng aking kalooban at mga iniisip

Upang aking masunod ang patnubay nang may karunungan at mahusay na pagpapasya

Araw-araw kong hahanapin ang kagalakan ng kaluluwa sa aking sarili

Hindi sa pamamagitan ng mga kasiyahan

Binabantayan ng Diyos ang aking mga iniisip at ginagabayan ang mga ito upang

Ang mundo ng seguridad at mga pag-asa para sa kapayapaan

Lilinisin ko ang aking isipan mula sa lahat ng takot

Ang pagkaalam na sinusupportahan at ginagabayan ako ng Diyos

Pinapadali niya ang aking landas

At ginagawang madali Niya ang mga bagay para sa akin

Sa bawat sitwasyon at larangan

Ang lubos kong pagtitiwala sa Diyos ang lunas

At mayroon akong benepisyo at kagalingan mula rito

Sumainyo ang kapayapaan

Karunungan at espirituwal na mga pananaw
Dapat maging panginoon ng sarili ang isang tao at
kumilos nang naaayon, hindi dahil sa nakagawian at kapritso
.kundi dahil sa malayang pagpapasya at karunungan

Karapatan at kakayahan ng tao na lumikha ng sarili
niyang paraiso at tamasahin ito dahil taglay niya ang lahat
ng paraan upang makamit ito, sapagkat binigyan siya ng
Diyos ng kakayahang ituon ang kanyang isipan patungo sa
.Kanya at makilala Siya

Ang pinakamagandang bagay sa buhay ay ang
mabuhay sa kuta ng iyong malinis at mapayapang
konsensya

Sa pamamagitan ng pagtutuon ng isip sa Diyos at
pananalangin mula sa puso, mararanasan ng isang tao ang
Kanyang pinagpalang presensya

* * *

:diin

Ang liwanag ng Diyos ay pumupuno at nagniningning sa
akin, pinapawi ang lahat ng karamdaman at binibigyan ako
ng kalusugan at kagalingan. Ang Kanyang banal na liwanag
ay nagniningning sa bawat selula ng aking katawan, at
samakatuwid ang aking katawan ay malusog at ako ay
.maayos

* * *

Sa araw na iyon kapag naalala mo ang iyong makalangit
na pinagmulan, ang iyong kamalayan ay muling isisilang sa
.dakilang banal na tahanan ng Espiritu

Tila ang isip at kalooban ng tao ay nakalibing sa ilalim
ng lupa ng kamangmangan. Maliban kung ang ginto ng
karunungan ay makuha [mula sa minahan ng kaluluwa],
matutunaw, at mahuhubog upang maging matatalas na
kasangkapang sikolohikal, imposibleng putulin at lipulin ang
halaman ng kasamaan na tumutubo sa hardin ng kamalayan
.ng tao

Ang marilag at kahanga-hangang mga bundok, ang
kamangha-manghang mekanismo ng katawan ng tao, ang
sariwa at masiglang mga rosas at bulaklak, ang berdeng

karpit ng damo, ang kadakilaan ng mga mararangal na
kaluluwa, at ang kadakilaan ng pinong mga kaisipan
At ang lalim ng pag-ibig, lahat ng ito ay nagpapaalala sa
atin ng Diyos, na siyang pinagmumulan ng lahat ng
kadakilaan, kadakilaan, at kagandahan

* * *

Ang pagtutuo ng isip ang susi sa paggising at pag-
activate ng nakatagong kapangyarihan sa loob ng isang tao.
Ang pokus ay nangangahulugang pagtutuo ng kaisipan sa
iisang punto. Ang pangunahing sanhi ng maraming
pagkabigo ay ang kakulangan ng pokus. Ang atensyon ay
maihahalintulad sa isang flashlight; kapag ang sinag nito ay
kumakalat sa isang malawak na lugar, ang intensidad nito ay
humihina. Ngunit ang sinag na iyon ay nagiging malakas at
malinaw kapag nakatuon sa isang partikular na punto. Ang
mga may pambihirang pag-iisip ay lubos na nakapokus, na
may kakayahang ituon ang lahat ng kanilang enerhiyang
.pangkaisipan sa isang bagay sa isang pagkakataon

* * *

Ang tunay na pag-ibig—pag-ibig ng puso at kaluluwa—
ay banal na pag-ibig. Ang banal na pag-ibig na ito ay
naglalayong maipakita ang sarili sa pamamagitan ng mga
.puso at kaluluwa ng sangkatauhan

May mga alon na napakalayo sa ibabaw ng karagatan
na hindi kailanman humahampas sa dalampasigan At may
mga kaisipan sa santuwaryo ng katahimikan na napakalalim
para masabi ng puso

Ang pag-unawa ay ang balanse sa pagitan ng isang
mahinahong isipan at isang malinaw na konsensya

Ang sining ng maayos na pagtatrabaho ay nakasalalay
sa kakayahang magtrabaho nang mabagal o mabilis nang
.hindi nawawala ang iyong panloob na kapayapaan

Hindi natin matututunan ang isang bagay na hindi natin
alam maliban kung mayroon tayong ibang maihahambing
dito. Kaya, itinuturo ng Diyos sa sangkatauhan ang banal na
pag-ibig sa pamamagitan ng perpektong paraan ng pag-ibig
.ng tao

Palaging ituro ang karayom ng iyong atensyon gamit
ang compass patungo sa magnetic north ng espirituwal na
kagalakan, at pagkatapos ay walang makakagambala sa
.iyong balanse

Palakasin ang iyong pananampalataya sa Diyos at
magtiwala na ang Lumikha sa iyo ay maglalaan at
magpoprotekta sa iyo

Ang lumalakad nang matuwid ay umiibig sa Diyos at
minamahal ng Diyos, nagtatrabaho man siya sa natural na
kagubatan o sa kagubatan ng modernong sibilisasyon, dahil
ang mga problema, kahirapan, pagsubok, at paghihirap ay
umiiral sa parehong paraan. Ang una ay naglalaman ng
mababangis na hayop, habang ang huli ay nagpapakita ng
mga takot na hindi kukulangin sa kabangisan, na makikita sa
isang marahas na pakikibaka laban sa walang pigil na mga
pagnanasa at nagngangalit na mga pagnanasa. Tanging
kapag sinupil ng isang tao ang kanyang mga pagnanasa sa
kanyang kalooban ay saka niya nalalasap ang tunay na
.kaligayahan

Minsan, maaaring may pakiramdam kang bibisita ang isang kaibigan, kahit walang indikasyon ng kanilang pagbisita. Hindi pa nila sinasabi sa iyo na darating sila, ngunit mayroon kang malakas na pakiramdam na makikita mo sila, at pagkatapos, pagsapit ng gabi, kakatok sila sa iyong pinto! O kung minsan ay pakiramdam mo buong araw na may mangyayaring mabuti o masama, at kapag nangyari ito, magugulat ka na tama ang iyong intuwisyon. Ito ang ilang halimbawa ng intuwisyon (panloob na pakiramdam) at kung paano ito gumagana nang hiwalay sa ebidensya at .mga pahiwatig

Binigyan tayo ng Diyos ng kaluluwa, isip, at katawan, at dapat nating linangin ang mga kaloob na ito sa isang maayos at balanseng paraan. Hindi natin dapat hayaang maging alipin tayo ng ating kapaligiran o bilanggo ng nakagawian. Ang mga magulang na may espirituwal na kakayahan ay makakatulong sa mundo sa pamamagitan ng pagpapalaki ng mga anak na may espirituwal na disposisyon at sa pamamagitan ng pamumuno ng katamtamang pamumuhay na kinakikitaan ng pagninilay-nilay at disiplina .sa sarili

Bawat marangal na kaisipang pumupukaw sa iyo ay naglalapit sa iyo sa Diyos. Ang mga kaisipang ito ay parang .ilog na dumadaloy patungo sa dagat ng banal na espiritu

Araw-araw ay dapat maging araw ng pasasalamat at pagkilala sa mga biyaya ng buhay mula sa sikat ng araw, tubig, at mabubuting gulay at prutas, na mga di-tuwirang .kaloob mula sa Pinakadakilang Tagapagbigay

Ang dalisay na pag-ibig, banal na pag-ibig, ay nag-aalis ng mga hadlang sa pagitan ng tao at ng kanyang Lumikha

Ang mga pagkakaibigan ay nasisira at ang pag-ibig sa pagitan ng mga tao ay kumukupas dahil sa mga nakalalasong elemento ng pagiging mapang-ari, pagkamakasarili, mekanikal na mga relasyon sa pamilya, sekswal na obsesyon, materyal na pagkakabit, emosyonal na pagsabog, at mga praktikal na palitan, dahil ang panandaliang mga ugnayan ay sinusundan ng biglaang poot, na humahantong sa pagkamatay ng pag-ibig ng tao. Ngunit sa loob ng puso ng bawat tao ay naroon ang isang walang hanggan, banal na pag-ibig na maaaring manatiling natutulog sa loob ng isang panahon, ngunit hindi ito tunay .na namamatay

Sa lupa ng iyong puso, tumutubo ang mga buto ng pag-ibig. Pangalagaan at diligan ang mga butong iyon nang may .habag at pagmamahal na puspos ng pagmamahal

Ang Diyos ay pag-ibig, at ang pag-ibig ang nag-uugnay sa atin sa Diyos. Kung nais nating mahalin ang Diyos, hindi natin dapat ihiwalay o limitahan ang ating pag-ibig, bagkus .ay iugnay ito sa banal na pag-ibig

Ang lahat ng kapangyarihan at lahat ng bagay sa sansinukob ay produkto ng banal na pag-iisip, tulad ng mga bagay na nakikita mo sa isang panaginip ay gawa ng iyong .isip

Ang tanging paraan upang maiwasan ang paggawa ng mali ay ang pagkakaroon ng matalinong pagpapasya upang makilala ang pagkakamali at magpasiyang huwag itong .gawin

Ang isang mali, ang pakikipaglaban sa isa pa, ay hindi nagbubunga ng tama. Ang kamangmangan ang tunay na kaaway ng sangkatauhan at dapat itong palayasin sa .mundong ito

Mayroon tayong lahat ng kailangan natin sa mundong ito upang maghatid ng isang panahon ng kasaganaan, kaligayahan, at perpektong hustisya. Ang tanging balakid ay ang pagkamakasarili ng tao, na siyang dahilan kung bakit imposible ang ganitong sitwasyon. Ang kakila-kilabot at hindi makatarungang pagdurusa ay sanhi ng kasakiman at pansariling interes ng tao, na walang pagsasaalang-alang sa iba. Ang perang maaaring gamitin sa pagpapakain at pagdamit sa mga nangangailangan ay ginagamit na lamang .sa pagkawasak at pagwasak

Ang ugat ng mga pandaigdigang problema ay ang pagiging makasarili na bunga ng kamangmangan. Iniisip ng lahat na tama ang kanilang ginagawa, ngunit kapag ang sarili lamang nilang mga personal na layunin ang kanilang hinahabol, pinasisimulan nila ang batas karmic ng sanhi at bunga, na tiyak na sisira sa kanilang sariling kaligayahan at .sa kaligayahan ng iba

Habang lalo kong nasasaksihan ang mga trahedya sa mundo na dulot ng kamangmangan ng tao, lalo kong napagtatanto na ang kaligayahan ay panandalian lamang, kahit na ang mga lansangan ay binalutan ng ginto. Ang tunay na kaligayahan ay nasa pagpapasaya sa iba. Kung gagawin ito ng lahat, lahat ay magiging masaya, at lahat ay .makakatanggap ng kanilang bahagi sa biyaya ng mundo

Ang banal na kamalayan sa makalangit na kagalakan at
walang hanggang kasiyahan nito ay parang isang
mahiwigang wala na agad na nagbabago sa murang metal
ng ordinaryong materyal na buhay tungo sa nagniningning
.na ginto ng pangmatagalang espirituwal na kaligayahan

Ang pagkakaibigan ay ang pangkalahatang espirituwal
na atraksyon na nag-uugnay sa mga kaluluwa sa bukid ng
banal na pag-ibig

* * *

payong ng kaluluwa o katahimikan ng kaluluwa
Kapag nawawala ang init ng nag-aalab na mga
alalahanin
Lumilitaw ang katahimikan, nagdadala ng kapayapaan
at katahimikan
Ito ang puting palo ng bangka ng buhay
Ito'y puno ng simoy ng walang hanggang kaligayahan,
malaya sa kasabikan
Kaya't dahan-dahan niyang itinulak ang bangka sa
ibabaw ng Lawa ng Al-Rida
Ang katahimikan ay ang ilog ng kasiyahan
Dahan-dahang dumadaloy patungo sa dagat ng
katahimikan
Nakahiwalay mula sa mga alon ng pag-aalala
Ito ang payong ng kaluluwa
Lumalaganap sa isipan at puso ng tao
Upang protektahan ang mga kagalakan ng kanyang
buhay, maliit man o malaki
Mula sa mga ulan ng takot at pagkabalisa
Ito ang makalangit na tono
Nagmumula sa lira ng buhay

Ito ang banal na asin
Sa mesa ng buhay
At ang mga ambon na lumilipad mula sa mga talon ng
tagumpay

Ito ay isang kahanga-hanga, mapayapang kalooban
Kung saan pinamamahalaan ang kaharian ng kaluluwa
Sa pagkakaisa at pagkakasundo
Ang katahimikan ay hindi eksklusibo sa mga liblib na
lugar na mapagtataguan
Wala ring takas sa gulo at ingay
Bagkus, dumarating ito kung saan tinatanggap ito ng
mga puso

At nananatili siya kung saan nakakatagpo ng ginhawa
ang mga kaluluwa sa kanya

Kahit ano pa ang oras at lugar
Ito ay isang maselan at marupok na bulaklak
Hindi nito kayang tiisin ang magaspang na paghawak
Bagkus, ito ay nabubuhay, namumulaklak, at
yumayabong

Kung ito ay dinidiligan ng sariwa at dalisay na tubig
Ang katahimikan ay isang tahimik na lawa ng damdamin
Malaya mula sa mga kulubot ng kalungkutan
Siya na lumuluha ng takot
Para sa kahit kaunting pahiwatig ng pagkabalisa at
pagkabalisa

Kapag natakpan na ang pahina ng mapayapang
kaluluwa

:Isang patong ng dalisay at matingkad na puting niyebe
Ang niyebe ng katahimikan at kapayapaan ng isip
Ang mga bagyo ng takot at ang mga bagyo ng pag-
aalala ay hindi mananaig

Nakakagambala sa kapayapaan at katahimikan
Sa ilalim ng matigas at makintab na patong na ito
Para sa pinagpalang, nagniningning na liwanag na ito

* * *

Ang Kastilyo ng Banal na Pag-ibig
Kapag ang mga bala ng poot ay bumubuhos sa paligid
mo

Magtago sa kuta ng pag-ibig
At kung magpapatuloy ang mga pambobomba ng hindi
pagkakaunawaan

Manatiling matatag sa mga yungib ng pag-ibig
Sa ilalim ng mga silid ng awa at pakikiramay
At kung ang mga nakalalasong singaw ng panlilinlang ay
sumubok

Para pigilin ang buhay ng iyong karunungan
Magsuot ng maskara ng dalisay na pagmamahal sa
iyong sarili

Ang kuta ng banal na pag-ibig ay isang ligtas na
kanlungan
Mula sa mga pag-atake ng mga hukbo ng mga obsesyon
at tukso

Maghukay ng hukay ng katapatan at katatagan
Punuin ito ng tubig ng pag-ibig
Kaya't ang pagkamakasarili ay hindi maaaring lumangoy
dito

Upang sirain ang karunungan ng iyong kaluluwa
* * *

Ang mga nagmumuni-muni ay nakararanas ng kahanga-
hangang pakiramdam ng panloob na kapayapaan. Ang ating
natututuhan sa pagmumuni-muni ay dapat ilapat sa ating
pang-araw-araw na gawain at pag-uusap, at hindi natin
dapat hayaang nakawin ng sinuman ang ating kapayapaan o
.guluhin ang ating katahimikan

Ang walang kinikilingang pag-iisip ay parang isang
malinaw at makintab na salamin, matatag at hindi natitinag
ng padalus-dalos na mga paghatol

Ang banal na pag-ibig ay isang hardin ng mga
makalangit na rosas at basil, at ng maningning at sariwang
mga kaisipan. Ito ang pinagmumulan ng lahat ng dalisay na
.pag-ibig na tumitibok sa mga pusong tapat

Maging simple lang hangga't maaari at magugulat ka
kung gaano kasaya at hindi komplikado ang buhay mo

Ang tunay na kaligayahan sa pamilya ay nakabatay sa
pang-unawa at mabubuting salita

Sa malalim at mapagnilay na paglulubog, isang bagong
bukang-liwayway ng paggising ang sisibol. Ang hamog ng
katahimikan at misteryo na bumabalot sa lahat ay
maglalaho at maglalaho sa harap ng liwanag ng espirituwal
.na paggising at ng lumalaking pananabik sa Diyos
Sa ating pakikitungo sa iba, napakahalagang kilalanin
ang mga natatanging katangian at mararangal na katangian
na kanilang hinubog mula sa kanilang mga karanasan at
hinubog mula sa kanilang pagkatao, at pahalagahan ang
.mga katangiang iyon

Kung pag-aaralan natin ang mga taong bukas ang
isipan, mauunawaan at maaayos natin silang makitungo, at
agad nating malalaman ang katangian ng taong ating
.kinakaharap

Huwag makipag-usap sa isang pilosopo tungkol sa
karera ng kabayo, ni makipagtalo sa isang siyentipiko
tungkol sa pag-aalaga ng bahay. Alamin kung ano ang
interesante sa tao at makuha ang kanilang atensyon, at
kausapin sila tungkol doon, hindi kinakailangan tungkol sa
.mga bagay na interesado ka

Kung nais nating maunawaan ang iba, dapat nating
iwasan ang pagpuna at pagkondena sa kanila. Sa halip,
dapat tayong tumingin sa salamin ng ating sariling pag-
unawa upang makita kung ano ang kailangang ayusin at
pagbutihin. Ang panloob na salamin na ito ay ibang-iba sa
pamilyar na salamin na tinitingnan natin tuwing umaga.
Araw-araw, tinitingnan ko ang panloob na salamin na ito, at
kung may makita akong hindi ko gusto, sinisisi ko ang aking
sarili at sinisikap na itama ito. Sa ganitong paraan, nakikita
ng isang tao ang kanyang tunay na repleksyon sa salamin ng
kanyang kaluluwa at sumusulong araw-araw sa landas tungo
.sa kaligayahan at panloob na kapayapaan

* * *

O Panginoon, mas malapit Ka sa akin kaysa sa sarili
kong tibok ng puso, at nararamdaman ko ang Iyong
.presensya sa bingit ng aking kamalayan

Kapag ang isang tao ay masyadong matagal na
nakatuon sa mga alon ng karagatan, nakakaligtaan nilang
magtuon sa karagatan mismo. Gayundin, kapag ang isang
tao ay nakatuon sa maliit na alon ng kanilang buhay at lubos
na nakadikit dito, nakakalimutan nila ang mas malawak na
karagatan ng kaluluwa, na ang kanilang buhay ay isa
.lamang alon sa malawak na lawak ng kanilang puso
Kung paanong ang mga lamparang de-kuryente na
inilalagay sa iba't ibang lokasyon ay sinisindihan ng iisang
electric generator, gayundin ang mga lampara ng mga tao
ay sinisindihan ng iisang cosmic generator na nagbobomba
ng katalinuhan sa mga isipan at nag-i-charge ng mga
.katawan ng buhay na enerhiya

Ang bawat patak ng tubig ay nakakatulong sa
pagkakaroon ng karagatan. At bagama't ang buhay ng isang
indibidwal ay maaaring magmukhang isang maliit na patak
lamang sa karagatan ng sangkatauhan, ang epekto ng
buhay na iyon ay maaaring maging lubhang mahalaga at
.hindi dapat maliitin

nagngangalit na mga alon ng karagatan
Mga vortex ng sistemang solar
at mga agos ng mga puwersang kosmiko
at mga planetang lumulutang sa kalawakan
Parang mga iceberg sa gitna ng karagatan
Sumasayaw silang lahat sa dibdib ng walang hanggang
kilusan

Ang isang ina na puno ng lambing at pagmamahal ay
simbolo ng banal na habag
Ipinakita ng Diyos ang kanyang lambing sa mga
bulaklak

Magtatag sa loob ng iyong sarili ng isang templo ng
kagandahan at kapayapaan kung saan matatagpuan mo ang
.Diyos sa santuwaryo ng iyong kaluluwa
Sa lahat ng ating maayos na relasyon, dapat nating
tandaan na ang pag-ibig ng Diyos ay nasa likod ng bawat
mabait na pusong tumitibok nang may pagmamahal at
.pagkakasundo

* * *

Ang buhay ay natutulog sa magaspang na lupa,
nangangarap ng kagandahan sa mga bulaklak,
makapangyarihang nagigising sa mga hayop, at sa
kamalayan ng tao ay napagtatanto ang walang limitasyong
.potensyal nito
Walang duda na maaaring pumasok sa isipan tungkol sa
pagkakaroon at kalapitan ng Diyos kapag nakita ng
naghahanap na ang buong sansinukob ay isang

manipestasyon ng banal na paglikha. Ang lahat ay lumilitaw
mula sa hindi nakikita, nananatili sa mundong ito nang
maikling panahon, at pagkatapos ay bumabalik sa hindi
.nakikitang estado pagkatapos ng buhay nito sa lupa
Sa bawat atomo ng kamangha-manghang sansinukob
na ito, ang Diyos ay patuloy na lumilikha ng mga
kababalaghan at himala
Ang tagumpay ay palaging nasa katotohanan at
kabutihan sa huli, gaano man katagal
Huwag mong hayaang pahinain ng pagdurusa at
pagkawala ang iyong determinasyon at pahinain ang iyong
espiritu. Balang araw, papasok ka sa kaharian ng espiritu at
mararanasan ang kagalakang hindi maipaliwanag at hindi
inaasahan. Sa pamamagitan ng sakit, dapat nating
matutunang makiramay sa iba, unawain ang kanilang mga
nararamdaman, at gawin ang ating makakaya upang
.tulongan sila
Lahat ng bagay sa pisikal na mundo ay nagpapakita ng
paggalaw, pagbabago, at kawalang-tatag, ngunit ang
kalikasan ng Diyos ay katahimikan, kapayapaan, at
.katahimikan
Ang malalim na katapatan ay isang kinakailangang
kahingian sa espirituwal na landas, sapagkat sa kadalisayan
ng puso at kalinawan ng intensyon ay sumisikat ang buwang-
.liwayway ng kaluluwa
Sa mga hardin ng buhay, masaya akong lumilipat mula
sa puno patungo sa puno, at sa kalaunan ay lalapag ako, O
Panginoon, sa iyong nakaunat na kamay na tumatanggap sa
.akin

* * *

:Pagpapaunlad ng sarili

Dapat isaayos ng isang tao ang kanyang buhay at
basahin ang pinakamahusay na mga aklat na ginawa ng
isipan ng tao sa halip na sayangin ang kanyang oras sa mga
walang kabuluhang pagbabasa, at maghanap ng trabahong

nababagay sa kanya sa buhay at magsikap na gawin ang
.kanyang trabaho nang mahusay at epektibo
Maraming tao ang nagsusumikap nang husto sa iba't
ibang larangan ngunit kakaunti ang tagumpay. Ang mga
nagnanais na paunlarin ang kanilang sarili ay hindi kayang
maunawaan ang lahat tungkol sa maraming bagay, ngunit
maaari silang magkaroon ng kaunting kaalaman tungkol sa
lahat ng bagay, at malaman ang lahat tungkol sa iisang
.bagay

Ang kaalaman ay isang malawak na karagatan, at ang
espirituwal na karunungan ay walang hanggan. Bagama't
ang Daigdig ay isang maliit na punto sa sansinukob, ito ay
.napakalaki sa ating paningin
Gayunpaman, salamat sa pag-unlad ng tao, lumiliit ang
ating mundo dahil sa modernong paraan ng transportasyon
at [komunikasyon], at sa lalong madaling panahon ay
magsisimula na tayong mag-isip tungkol sa paglalakbay sa
!ibang mga planeta

Dapat panatilihin ang balanse. Ang mga nagpapabaya
sa materyal na buhay sa pamamagitan ng pagtuon lamang
sa espirituwal na aspeto ay pinaparusahan sa pamamagitan
.ng pagkawala ng kanilang mental na balanse

Ang mga materyal na tungkulin ay may malaking
kahalagahan at nauugnay sa mga obligasyong panlipunan,
pambansa, at internasyonal. Ang tungkuling intelektwal ay
nakahihigit sa materyal na tungkulin, at ang mga espirituwal
at moral na tungkulin ay dapat bigyan ng prayoridad. Ang
isip ay dapat palayain mula sa maliliit na gawi na nagiging
sanhi ng labis na pag-aalala ng isang tao sa mga materyal
.na bagay

Ilabas ang mga pinagmumulan ng iyong henyo at
nakatagong kapangyarihan, at ngumiti ng ngiti ng panloob
.na kasiyahan na walang sinuman ang makakaagaw sa iyo
Ang mundong ito ay pinapatakbo ng dalawang puwersa:
ang puwersa ng kabutihan at ang puwersa ng kasamaan.

Sinumang tumatanggap sa kabutihan bilang kanilang gabay
at tagapagturo ay magkakaroon ng mabubuting araw at
masayang buhay, at sinumang nagpapahintulot sa
kasamaan na gumabay sa kanilang landas at kontrolin ang
kanilang mga salpok ay magkakaroon ng pagdurusa at
.paghihirap

Ang pangunahing salita para sa karamihan ng mga tao
ay "ako," ngunit ang mga taong espirituwal ay iniisip ang iba
.tulad ng iniisip nila sa kanilang sarili

Ang mga taong iniisip lamang ang kanilang sarili ay
nagdudulot sa kanilang sarili ng poot at pagkamuhi ng iba,
habang ang mga taong iniisip ang iba at nararamdaman ang
kanilang nararamdaman ay natutuklasan na ang iba ay may
.tendensiya ring isipin sila at makiramay sa kanila

Isang insulto sa sarili ang ipanganak, mabuhay, at
mamatay nang hindi alam ang dahilan ng pagkasilang sa
.mundong ito bilang isang tao

Ang paglimot sa Lumikha ay nangangahulugan ng hindi
pagkaunawa sa layunin ng pag-iral, habang ang pag-iisip
tungkol sa Kanya at taos-pusong pagnanais na madama ang
Kanyang presensya ay nagdudulot ng maraming espirituwal
.na pakinabang at pagpapala sa paglipas ng panahon

Ang pagkakaroon ng mga materyal na ari-arian at
kayamanan ay hindi garantiya laban sa depresyon at
kalungkutan. Darating ang araw na ang isang tao ay
makakaramdam ng kawalan ng kakayahan at
kapangyarihan, isang laruan sa mga kamay ng kapalaran;
saka nila mapagtatanto na ang Diyos lamang ang kanilang
suporta, kanilang proteksyon, at kanilang ligtas na
.kanlungan

Sa tuwing mamamangha ka sa isang kahanga-hangang
tanawin o kakaibang nilalang, ipikit mo ang iyong mga mata,

tumingin sa iyong sarili, at pagnilayan ang banal na
.pinagmulan nito

Nakikita lamang ng tao ang mga siksik na produkto na
nagmumula sa banal na pabrika na nakatago sa likod ng
paglikha, at kung makapasok siya sa mismong pabrika,
makikita niya kung gaano kamangha-manghang paraan ang
.lahat ng bagay sa mundong ito ay nabubuo

* * *

Nag-apply ako sa iyo

Tuwing umaga, iniaalay ko ang aking katawan, ang
aking isipan, at bawat kakayahang taglay ko para sa Iyo,
Walang Hanggang Lumikha, upang gamitin sa anumang
paraan na Iyong piliin, upang maipahayag Mo ang Iyong
.sarili sa pamamagitan ko

Ang mga tahimik kong himig ng pananabik sa iyo ay
aawit kasabay ng ritmo ng aking mga tibok ng puso
Nauunawaan ko na ang lahat ng trabaho ay trabaho mo
at walang trabahong mahirap o mababa basta't ito ay
.iniaalok sa iyo nang may palakaibigang serbisyo

Sa espirituwal na pananalita, hinihiling kong malaman
ang Iyong presensya. Ikaw ang pinagmulan at diwa ng lahat
ng nilalang. Hayaan Mo akong makita Ka sa bawat atomo ng
.aking pagkatao at madama Ka sa bawat iniisip ko

O Panginoon, gabayan Mo po ang mga agos ng aming
mga kagalakan upang hindi ito mawala sa buhanginan ng
.panandaliang mga kasiyahang pandama

Nawa'y hindi matuyo ang maliliit na batis ng ating
habag sa mga tiwangwang na disyerto ng pagkamakasariili
Hayaang ang nag-iisa at nakahiwalay na mga daluyan
ng ating mga emosyon ay humalo sa walang hanggang lawa
ng iyong pag-ibig

Nawa'y ang makikipot na ilog ng aming buhay ay
lumawak sa pamamagitan ng masaganang ulan ng Iyong

mga pagpapala, upang makatawid sila sa malapad at
maluwang na kapatagan ng pagpapakumbaba,
pagsasakripisyo sa sarili, at pagsasaalang-alang sa
damdamin ng iba, upang sa wakas ay makapasok sila, nang
.may buong kadalisan, sa iyong dakilang karagatan
Ang banal na kamalayan, kasama ang makalangit na
kaligayahan nito, ay ang mahiwagang alkemiya na agad na
nagbabago sa siksik na tingga ng hindi kanais-nais na buhay
sa lupa tungo sa nagniningning na ginto ng patuloy na
.nababagong kaligayahan
Kapag ang putik ng magulong kaisipan ay nagsimulang
tumilapon, ang kapangyarihan ng Diyos ay nagsisimulang
.maipakita sa malinaw at dalisay na tubig ng kamalayan

* * *

Ang walang hanggang tinig ay kinausap ako sa mahina
:at mahinang tono, na nagsasabing
Ibinulong ko sa iyong tainga sa lahat ng iyong panahon"
ng pagkakatatulog: 'Gumising ka!' At ngayon ay iniwan mo na
ang iyong pagtulog; sinasabi ko sa iyo: Gisingin mo ang
iyong mga kapatid at gumawa ka kasama ko, upang marinig
"ng lahat ang aking salita
:Kaya nangako ako, na sinasabing
Gagawin ko ang aking makakaya upang ipalaganap"
ang iyong panawagan at ipalaganap ang iyong mensahe, at
kapag iniwan ko ang aking makalupang anyo, hihiramin ko
ang iyong tinig na nasa lahat ng dako upang bumulong sa
:mga pusong nagkakasundo

Pakinggan ang kanyang mga banal na himno ng
espirituwal na kaaliwan, sapagkat lagi siyang tumatawag sa
iyo

Maghihintay ako para sa lahat ng aking hindi mabilang
na mga kapatid; habang sila ay mabagal na naglalakad sa
isang mahaba at mahabang prusisyon patungo sa
pinagpalang layunin ng pagkilala sa sarili, at sa

pamamagitan ng (Mga Bulong mula sa Walang Hanggan) ay
:ibubulong ko sa kanila

Gumising kayo, mga kapatid ko, at ating sundin ang"

Kanyang tinig na tumatawag sa atin nang walang humpay,

".at tayo'y sama-samang bumalik sa tahanan sa langit

Dapat nating ibulong ang pangalan ng Diyos sa ating

mga puso sa rosaryo ng pananabik at banal na pag-ibig, at
.iyon ang tunay na pagsamba na umaantig sa puso ng Diyos

Ang pagbigkas ng pangalan ng Diyos nang may
malamig na puso at pagala-gala na isip ay kalapastanganan
at kawalang-galang. Kapag ang isang tao ay nananalangin,
ang puso at isipan ng isang tao ay dapat mapuno ng pag-ibig
.ng Diyos

* * *

Ang pagtalikod sa pang-akit ng mundo at pagtalikod sa
mga makamundong pagnanasa ay hindi isang negatibong
kalagayan, kundi isang positibo. Ito ay walang iba kundi
isang pagtalikod sa kalungkutan, at walang iba kundi isang
.pagsuko sa paghihirap

Hindi dapat ituring ang asetisismo bilang isang landas
ng sakripisyo. Sa kabaligtaran, ito ay isang pinagpalang
pamumuhunan, kung kaya't ang kaunting halagang
ginagastos natin sa disiplina sa sarili ay magbubunga ng
milyun-milyong espirituwal na dolyar. Hindi ba't matalinong
gastusin ang mga gintong barya ng ating mga lumilipas na
araw upang bilhin ang kaharian ng walang hanggang
?kaligayahan

Dapat nating ilubog ang ating mga sarili sa dalisay at
malalim na damdaming iyon na pumupukaw at bumabalot sa
atin kapag pinagmamasdan natin ang mga kababalaghan ng
nilikha ng Diyos. Ito ang paraan upang makilala ang Diyos sa
.pamamagitan ng lente ng kagandahan

Ang gumagawa ng mabubuting gawa, kahit na sa
pamamagitan lamang ng panggagaya, ay may
pagkakataong malanghap ang nakakapresko at kaakit-akit

na halimuyak ng kabutihan, na siyang nag-uudyok sa kanya
na gumawa pa ng higit. Ngunit ang taong sadyang
gumagawa ng masasamang gawa bilang panggagaya sa iba
ay tiyak na maiuugnay sa hindi kanais-nais at nakasusuklam
.na amoy ng kasamaan

* * *

Walang sinuman ang may parehong personalidad gaya
mo. Walang sinuman ang may parehong mukha. Walang
sinuman ang may parehong espiritu gaya mo. Nilikha ka ng
.Diyos nang natatangi, at walang sinuman ang katulad mo
Dapat kunin ng isang tao ang diwa mula sa materyal na
kaniyang binabasa at makinabang nang husto mula rito
Ang produktong Peace ay maaaring gawin sa mga
pabrika ng karanasan sa buhay para magamit sa pang-araw-
.araw na buhay

Ang kapayapaan ang lunas sa lahat ng karamdamang
sikolohikal. Ang mga may pagpipigil sa sarili, maging sa
pagkain, pag-uugali, o mga relasyong pang-asawa, at tapat,
mapagkakatiwalaan, at matipid, ang siyang nagtatamasa ng
.tunay na kapayapaan

Ang kapayapaan ay matatagpuan kasuwato ng mga
batas ng Diyos at ng mga batas ng sansinukob. Ang mga
umiibig sa Diyos, nagtatamasa ng katahimikan, nagagalak
sa paggawa ng mabuti, at nag-iisip at nagmumuni-muni sa
.Kanya ang siyang nakakatagpo ng kapayapaan

Ang isang ina na puno ng malambot na damdaming
pambabae ay simbolo ng banal na awa
Ang pamumulaklak ng banal na kapayapaan at panloob
na espirituwal na mga tagumpay ay isang natural na bunga
ng pang-araw-araw na pagmumuni-muni at isang
kaligayahang mas malalim at mas malalim kaysa sa mga
.kayamanan at kayamanan ng mundo

Walang mas matamis o mas kasiya-siya pa kaysa sa
banal na presensya. Kapag natanto mo ang katotohanang
ito, ikaw ang magiging pinakamasaya sa lahat at

pinakamayaman sa lahat. Ang materyal na kayamanan ay magagamit lamang dito sa mundong ito; hindi ito magagamit sa kabilang mundo. Ngunit ang ginto ng banal na kaligayahan, na kinuha mula sa mga minahan ng pagmumuni-muni, ay isang pinagpala at patuloy na nagbabagong metal, kapaki-pakinabang sa parehong mundo .at hindi masisira magpakailanman

* * *

Sa paggising ng kaluluwa, ang mga kulay ay nagiging mas maliwanag, ang tunog ay may mas matamis na resonansya, ang pandama ay mas pino, nararamdaman ng kaluluwa ang kalawakan nito sa kalawakan, ang isip ay nagiging mulat sa mga vibrations na nagmumula sa iba, at .ang kakayahang masiyahan sa buhay ay tumataas

* * *

Nagrereklamo ang mga tao tungkol sa ideya ng pagsuko sa ilang bagay sa buhay, ngunit sa katotohanan, maraming mahahalagang bagay ang isinusuko nila, kabilang na ang kapayapaan ng isip. Minsan isinasakripisyo pa nga nila ang kanilang sarili para sa pera, na panandalian at nasisira. Ang kayamanan ay maaaring makuha mula sa isang tao, o maaari rin itong makuha mula rito, kapag lumisan na sila sa mundong ito at hindi na nila ito madala. Ang tunay na halaga ng pera ay nakasalalay sa paggastos nito sa mga kapaki-pakinabang na gawain at sa pagdadala ng kaligayahan sa sarili at sa iba sa paraang nakalulugod sa Diyos at sa .konsensya ng isang tao

Ang mundo ay puno ng mga natural at pantaong bagyo, at ang Diyos ang matibay na kalasag at ligtas na kanlungan .mula sa mga bagyo, unos, at kasamaan ng mundong ito Saanman naroon ang Diyos, walang takot o kalungkutan. Ang tunay na mananampalataya ay matatag at may pagmamalaki sa laban ng buhay at sa pakikibaka ng mga pangyayari, tiyak na ang Diyos ay kasama niya, pinoprotektahan siya mula sa kapahamakan at hindi siya

kailanman iniwan kahit isang sandali. Kaya, ang takot ay naglalaho sa kanyang puso at ang katiyakan ay nananatili,
.isang proteksyon na hindi maaaring ipataw

* * *

:Kung gusto mo ng sagot niya
Sumagot man siya o hindi
Patuloy na tumawag sa kanya
Ipagpatuloy ang iyong mga pagsusumamo sa
santuwaryo ng patuloy na mga panalangin
,Dumating man siya o hindi
Magtiwala ka na Siya ay papalapit nang papalapit sa iyo
Sa bawat pagnanasa ng iyong puso
,Tuparin man niya ang iyong kahilingan o hindi
Patuloy na magpakita ng pagmamahal sa kanya
Kahit hindi siya sumagot
,Sa paraang inaasahan mo
Magtiwala kang sasagot siya nang mahinahon
At sa pinakamalalim na kadiliman, ang iyong mga
panalangin
Sa gitna ng sayaw ng buhay, kamatayan, at sakit
Kung patuloy mo siyang tatawagin
Nang hindi ka niya ikinalulungkot
Makikita mo ang kanyang tugon

* * *

Magtulungan tayo upang bumuo ng isang nagkakaisang
mundo, kung saan ang bawat bansa ay isang kapaki-
pakinabang na miyembro, ginagabayan ng Diyos sa
.pamamagitan ng mapagmatyag na konsensya ng tao
Sa ating mga puso, maaari nating lahat na magsanay na
palayain ang ating mga sarili mula sa pagkamakasarili at
poot
Manalangin tayo para sa pagkakaisa ng lahat ng mga
bansa, upang sila ay maglakad nang magkahawak-kamay sa
mga pintuan ng isang bago at kahanga-hangang
.kabihasnan

Ang taos-puso, taos-puso, at matatamis na salita ay
parang nakakapreskong nektar para sa mga uhaw na
kaluluwa. Ang mga ganitong salita ay kailangan at ninanais
.sa lahat ng dako at sa lahat ng oras

Kung tungkol naman sa malupit, nakakasakit, at
nakasasakit na salita, ang mga ito ay nakamamatay sa
kaluluwa ng iba at nakasisira sa kanilang panloob na
kapayapaan. Ang mga ito ay isang mapanirang bola sa
pagbuo ng pagkakaibigan at isang apoy na sumusunog sa
.ligtas at panatag na mga tahanan

Dapat iwasan ng isang tao ang masasakit na salita
magpakailanman at gawing ligtas ang kanyang tahanan
.mula sa gulo at biglaang paghihiwalay

Ang mabubuting salita ay lumilikha ng kaligayahan sa
puso ng mga kaibigan at kaaway, sa mga komunidad, mga
lugar ng pagsamba, mga opisina, mga lugar ng trabaho, at
sa lahat ng dako pa. Nakakaramdam ang mga tao ng
panloob na kagalakan kapag iniwan sila ng isang mahirap at
matamlay na tao at natutuwa silang makakita ng isang taos-
.puso, mahusay magsalita, mabait, at maamong kaibigan

Kapag nagsikap kang makamit ang iyong mga
pangangailangan at kuntento sa mga bagay na pinapadali
ng Diyos para sa iyo, ikaw ay magiging mas mayaman sa
espiritu at mas kuntento kaysa sa mga taong sakim sa
.mundo at sakim sa mga kayamanan nito

Gumagawa ang Diyos upang paunlarin ang sining ng
pamumuhay nang tama sa pamamagitan ng paghahayag ng
Kanyang katotohanan sa pamamagitan ng pinaghalong iba't
.ibang kabihasnan, kaisipan, at nasyonalidad

Walang bansang perpekto sa sarili nito, at ang
pagsasama-sama ng pinakamahusay na mga katangian ng
lahat ng nasyonalidad ay magbibigay sa atin ng
pinakamahusay na mga pananaw sa sining ng balanseng
pamumuhay at isang matagumpay na buhay. Mahalagang
tandaan na ang lahat ng dakilang pigura ay nakarating sa

tugatog ng tagumpay sa sibilisasyon at isinabuhay ang
pinakamataas na mithiin at prinsipyo ng tao sa kanilang
.buhay

Ang templo ng Diyos ay nasa loob ng kaluluwa.

Pumasok sa katahimikan ng templong iyon at umupo sa
pagmumuni-muni kung saan ang liwanag ng kaunawaan ay
sumisikat sa altar ng espiritu. Pumasok sa templong iyon na
hindi nahawakan ng mga kamay ng tao, kung saan walang
.pagkabalisa o takot

Halika sa kapayapaan ng espirituwal na pag-iisa at
maririnig mo ang tinig ng Diyos na nagsasalita sa iyo sa wika
ng katahimikan, at matatanto mo na ang di-nakikita ay
naging nakikita at ang tila hindi makatotohanan ay naging
.totoo

Maganda ang balanse at dapat itong maging pundasyon
ng ating mga damdamin, kaisipan, at kilos, at ang aksis kung
.saan umiikot ang ating buhay

Ang mga dakilang kaluluwa ay nagpapanatili ng
kanilang kahinahunan at kapayapaan, na tumutulong sa
kanila na malampasan ang mga pagsubok at paghihirap sa
buhay nang hindi nawawala ang kanilang katinuan o
.balanse

Ang Diyos ay naroroon sa lahat ng dako, namamahala
sa mga mundo at gumagabay sa mga kalawakan sa walang
katapusang mga orbit. At ang sangkatauhan, na nilikha ayon
sa Kanyang wangis, ay nagtataglay din ng kakayahang
pamahalaan ang buhay nito at i-coordinate ang mga
.aktibidad nito nang walang pag-aalala o pagkagambala

Dapat tayong palaging magpadala sa iba ng mga ideya
ng pagmamahal, kabutihang-loob, at kapayapaan
Sa istruktura ng meditasyon, kung saan ang liwanag ng
pananaw ay patuloy na nagniningning sa altar ng kaluluwa,
walang pagkabalisa, walang stress, walang tensyon, walang
nerbiyos, kundi katahimikan, katahimikan, tiwala sa sarili, at
.tunay na kaligayahan

Panginoon, tulungan mo kaming malampasan ang mga demonyo ng pagkamakasarili na lumilikha ng pagkakawatak-watak at alitan sa mga tao at pumipigil sa mga kaluluwa na magsama-sama sa pagmamahal sa kabutihan at .pagkakasundo

Ang lahat ng mabubuting gawa ay katanggap-tanggap sa Diyos hangga't ang mga ito ay isinasagawa nang may kamalayang espirituwal. Ang mga materyalistikong gawa ay ang mga motibasyon ng purong makasariling mga pagsasaalang-alang. Ang hadlang sa pagitan ng materyal at espirituwal na gawain ay dapat na masira. Ang lahat ng mga gawang isinasagawa nang may mabubuting motibo ay dalisay at nakakatulong upang linisin ang kaluluwa mula sa .mga karumihan at karumihan

Piliin nang maingat at maingat ang iyong mga kasama.

Maging tapat na kaibigan sa kanila, ngunit laging magpanatili ng distansya, at hayaang ang respeto sa isa't isa ang maging ugnayan sa pagitan mo at nila. Huwag .lumampas sa hangganan ng kagandahang-asal sa kanila Madaling makisama sa iba, ngunit kung gusto mong mapanatili ang kanilang pagmamahal at respeto sa iyo, .dapat mong sundin ang payong ito

* * *

Sa pamamagitan ng panalangin, pagmumuni-muni, at pananampalataya, ang isang tao ay nakakatanggap ng espirituwal na patnubay, at walang sinuman ang maaaring mamuhay nang mapayapa at tahimik kung wala ang panloob na pagkakasundo na ito. Gayunpaman, upang makatanggap ng patnubay nang direkta mula sa Diyos, sa halip na umasa sa mga katwiran na nagmumula sa mga pagnanasa, kapritso, o mga gawi, ay nangangailangan ng intuwisyon at .malalim na pag-unawa

Alamin na lahat ng iyong hinahangad na makamit, at higit pa ryan, ay naghihintay sa iyo sa Diyos

Isang gabi, sinabi ng gurong si Paramahansa sa mga
:estudyante

Walang kahulugan sa akin ang ari-arian, ngunit ang"
pagkakaibigan ay napakahalaga. Sa tunay na kapatiran,
makikita ang tunay na kislap ng kaibigan ng mga kaibigan:
".ang Diyos

Pagkatapos ay idinagdag niya: "Mag-ingat sa
panlilinlang sa isang kaibigan o pagtataksil sa isang tao,
sapagkat iyon ay isa sa mga pinakamalaking kasalanan ayon
"sa batas ng banal na katarungan
* * *

Linangin ang lakas ng pag-iisip upang, anuman ang
mangyari, ay maging matatag ka tulad ng mga matatapang
.sa laban ng buhay at harapin ang lahat ng hamon
Kung mahal mo ang Diyos, dapat kang magkaroon ng
pananampalataya at maging handang magtiis at magtiyaga
kapag dumating ang mga kalamidad, kasawian, at pagsubok
Huwag mawalan ng pag-asa o matakot sa sakit, bagkus
sikaping panatilihing positibo at malakas ang iyong isipan
Kapag natikman mo ang tunay na dosis ng espirituwal
na kaligayahan, matutuklasan mo na walang ibang
.karanasan ang maihahambing dito
Dapat laging sikapin ng mga magulang na itanim ang
kamalayang espirituwal sa kanilang mga anak sa
pamamagitan ng pagtuturo sa kanila ng meditasyon at
malay na pag-unawa upang hindi sila madala sa tukso ng
.paglalaro sa apoy ng mapanlinlang at maling kasiyahan
Kapag bumababa ang banal na kagalakan, ang aking
paghinga ay nagiging kalmado, at ang aking espiritu ay
pumailanlang, nararanasan ang kaligayahan ng isang libong
tulog nang sabay-sabay, ngunit hindi ko nawawala ang aking
mga ordinaryong pandama. Ang kosmikong karanasang ito
ay nakalaan para sa mga taong malalim na sumasaliksik sa
.pagkamit ng pinakamataas na estado ng kamalayan

* * *

:Ang mata ng puso

Ang bawat tao ay nagpapakita, sa iba't ibang antas, ng kapangyarihan ng panloob na mata o pananaw. Ito ay lumalabas mula sa isang abot-tanaw ng katahimikan at kapayapaan, na nagbibigay ng tumpak at maaasahang kaalaman tungkol sa mga bagay at tao nang hindi nangangailangan ng mahihinuhang ebidensya o mga patunay na pandama; ito ay alam natin mula sa ating .sariling mga karanasan

Ang tunay na pananaw ay dumarating bilang isang kalmado at taos-pusong damdamin, naiiba sa mga emosyonal na pagkabalisa at nakakabagabag na mga hinala. Ang pananaw na ito ay nagpapakita bilang isang panloob na tinig o isang bulong ng puso, at mahalagang maunawaan ang pagkakaiba sa pagitan ng tunay na panloob na gabay at .ng mga nakaliligaw na tinig ng hindi malay

Ang tunay na pananaw (intuwisyon) ay hindi isang matibay na paniniwala kundi isang direktang pag-unawa sa katotohanan at ang malikhaing pag-iisip ang pinakamahusay .na panlunas sa mga abnormal na ugali

Ang mga tendensiyang temperamental ay humahawak sa kamalayan kapag ang isang tao ay nasa negatibo o balisa na estado. Kapag ang isip ay walang positibong mga kaisipan, ang may-ari nito ay nalulumbay at nabibigatan ng mga alalahanin. At sa depresyon at pag-aalala, ang diyablo ay nagiging panauhin sa mga iniisip ng taong iyon, na may !ganap na kontrol sa kanyang may-ari

Kaya naman, kaibigan, magsikap kang bumuo ng mga malikhaing ideya. Kapag hindi ka abala sa manu-manong gawain, gumawa ng isang bagay na malikhain sa iyong isipan. Panatilihin itong abala upang wala nang oras para .magpakalunod sa stress at pagkabalisa

Hindi nasisiyahan ang ating mga kaluluwa sa mga pagkakaibigan maliban kung ang mga ito ay nakaugat sa isang ibinahaging pagmamahal sa Diyos. Ang ating

pananabik para sa pag-unawa at pagkakaibigan mula sa iba
ay, sa katotohanan, ang pananabik ng kaluluwa para sa
.pakikiisa sa pinagmumulan nito: ang Diyos
Habang lalo nating sinusubukang tugunan ang
pananabik na iyon sa pamamagitan ng mga panlabas na
bagay, mas maliit ang posibilidad na makahanap tayo ng
.mas mabuting kasama
Kung mayroon kang matibay na pag-iisip at naglililang
ng matibay na determinasyon, makontrol mo ang iyong
kapalaran. Subukan mo munang subukan ang iyong lakas ng
pag-iisip sa maliliit na bagay, at pagsikapan itong palakasin
upang makamit ang maraming magagandang bagay.
Naranasan ko na ito sa buhay ko, at nagsasalita ako nang
.may pananalig

Ang tanging paraan upang maiwasan ang paggawa ng
mali ay ang pagkakaroon ng matalinong pagpapasya upang
makilala ang pagkakamali at magpasiyang huwag itong
.gawin

Ang isang mali, ang paglaban sa isa pa, ay hindi
nagbubunga ng tama. Ang kamangmangan ang tunay na
kaaway ng sangkatauhan at dapat itong palayasin sa
.mundong ito

Mayroon tayong lahat ng kailangan natin sa mundong
ito upang maghatid ng isang panahon ng kasaganaan,
kaligayahan, at perpektong hustisya. Ang tanging balakid ay
ang pagkamakasarili ng tao, na siyang dahilan kung bakit
imposible ang ganitong sitwasyon. Ang kakila-kilabot at hindi
makatarungang pagdurusa ay sanhi ng pagkamakasarili ng
tao at ang paghahangad ng pansariling interes nang walang
.pagsasaalang-alang sa iba

* * *

Mula sa mga archive: Ang ani ng poot
Nagkagalit sina Nasi at Zakir. Nagsimula ang kanilang
away noong sila ay mga batang estudyante pa lamang, at

nang sila ay lumaki, lumaki ang kanilang sama ng loob at
naging magkaribal sila sa negosyo ng pagbebenta ng
.sapatos

Minsan, nag-agawan sila ng kamay ng isang babae para
sa kasal, at dahil medyo mas malakas si Nasi kaysa kay
Zakir, binugbog niya ito nang malakas at iniwan itong
walang malay. Nang magkamalay si Zakir, siya ay labis na
nalungkot, nanghihinayang, at nandidiri sa nangyari sa
.kanya

Pagkalipas ng ilang taon, nagpasya si Zakir na lumipat
sa isang lungsod upang magtrabaho at manirahan
Nakalimutan na ni Nasi ang nangyari, ngunit hindi
mabura ni Zakir sa kanyang alaala ang kahihyan at
kahihyan na idinulot sa kanya ni Nasi. Gayunpaman, paulit-
ulit at pinaninindigan niya sa kanyang sarili, "Patatawadin ko
si Nasi at hindi ko na aalalahanin ang kanyang pagkakasala
".laban sa akin

Ngunit pagkalipas ng ilang buwan, napagtanto ni Zakir
na sa kanyang pang-araw-araw na pagtiyak ng kapatawaran,
sa kaibuturan niya ay nais niyang maghiganti, at naghihintay
siya ng mga pagkakataon na gumawa ng katulad na dagok
.upang masiyahan ang kanyang pagkauhaw sa paghihiganti
Maya-maya, nakaramdam si Nasi ng kakaibang paghila
sa kanya papunta sa lungsod kung saan lumipat ang
kanyang dating karibal na si Zakir. Wala siyang duda na may
mangyayari. Gayunpaman, alam ni Zakir ang presensya ni
Nasi sa lungsod at maingat na sinusubaybayan ang kanyang
.mga galaw

Isang gabi, naglakad-lakad si Nasi at "naamoy ang
sariwang hangin," kahit na makulimlim at maulan ang
.panahon

Habang naglalakad siyang mag-isa sa isang liblib na
kalsada, napadaan siya sa harap ng isang bodega sa labas,
habang si Zakir ay palihim at maingat na sumusunod sa

kanya, at nang magkaroon ng pagkakataon, nagpasya .siyang bayaran ang utang gamit ang compound interest Sa labis na tuwa, natuklasan niyang may nahulog na

isang matibay na tile mula sa isa sa mga dingding ng imbakan, kaya't hinawakan niya ito at malakas na hinampas ang ulo ng kanyang dating karibal, na nagpabagsak sa kanya sa lupa, at padabog na bumalik sa daan na kanyang dinaanan nang hindi nalalaman ni Nasi ang kanyang .presensya

Pagkalipas ng ilang oras, tumigil ang ulan, kumupas ang mga ulap, at isang sinag ng buwan ang lumitaw sa isang butas sa tuktok ng pader. Nagising si Nasi at natagpuan ang kanyang sarili na nakahiga sa lupa, nakakaramdam ng .matinding panghihina

Sinubukan niyang alamin kung ano ang nangyari, at nang makita niya ang isang tile sa tabi niya at isang butas sa dingding sa itaas nito, napagpasyahan niyang habang naglalakad siya sa tabi ng bodega, ang kanyang malas ang naging dahilan upang mahulog ang tile na iyon mula sa itaas .ng dingding at bumagsak sa kanyang ulo

Ang aral ng kuwentong ito ay may tendensiya ang mga tao na kalimutan ang pinsalang idinulot nila sa iba, kahit na ang mga bunga ng kanilang mga kilos ay hindi malilimutan, at ang mga bunga ng mga kilos na iyon ay tahimik na hinahabol ang mga ito sa kadiliman ng kamangmangan.

Tulad ng isang baka na nakakahanap ng kanyang guya sa libu-libong iba pa, gayundin ang mga bunga ng ating mga kilos ay may kapangyarihang patuloy tayong subaybayan at matukoy ang ating lokasyon, kahit na matapos ang .mahabang panahon

Kung si Nasi ay nagkaroon ng karunungan at sinubukang ayusin ang hindi pagkakaunawaan sa pagitan niya at ng kanyang karibal na si Zakir at humingi ng tawad dito pagkatapos ng pangyayaring iyon, marahil ay

nabawasan niya ang galit ng kanyang kalaban at hindi na
.sana lalampas pa roon ang mga bagay-bagay
Ngunit nanatiling hindi nagbabago ang mga bagay-
bagay, at ang mga binhi ng kakila-kilabot na mga
kahihinatnan ay lumago at umunlad sa sinapupunan ng
isang madilim na kinabukasan, na nagtapos sa isang
mapaminsalang kapanganakan. Upang maiwasan ang mga
hindi kanais-nais na sorpresa, ang mga binhi ng
masasamang hilig na nagkukubli sa lupa ng isipan ay dapat
sunugin, at ang pag-iintindi sa hinaharap ay dapat mauna sa
pagkilos, sapagkat itinatakda ng pangkalahatang batas na
aanihin ng isang tao ang mga bunga ng kanyang mga gawa,
.mabuti man o masama, matamis o mapait
Tandaan natin na ang bawat kilos ay nag-iiwan ng mga
bakas na nakaimbak bilang mga tendensiya at hilig sa
isipan. Maliban kung ang mga ito ay haharapin nang
matalino at maingat, hahantong ang mga ito sa mga
potensyal na mapanganib na kahihinatnan. Gayunpaman,
kapag ang mga buto ng masasamang kilos ay sinunog ng
.apoy ng karunungan, hindi na ito muling tutubo

Mapa ng bukas, o: Isang kahilingan na sulit sa
pagsisikap

Mula sa mga turo ng guro

Paramhansa Yogananda

**Kung ikaw ay walang patutunguhan sa buhay,
naghihintay ng mga pagkakataong magtagumpay,
malamang na hindi darating ang mga pagkakataong
iyon, at hindi ka makakatagpo ng tagumpay. Ngunit
kung ikaw ang nagdidisenyo ng iyong sariling
kinabukasan at gumuguhit ng mapa ng iyong bukas
gamit ang iyong sariling mga kamay, magalak ka sa**

pagkamit ng iyong layunin, dahil napakalapit mo nang maabot ang iyong ninanais na layunin.

Para makadisenyo ng isang matagumpay na mapa, kailangan mo munang tukuyin ang iyong layunin. Ano ang kahulugan ng tagumpay para sa iyo? Ano ang gusto mo mula sa tagumpay? Kung ang sagot mo ay katanyagan, kayamanan, o ang katuparan ng makasariling materyal na mga hangarin, kung gayon ay patungo ka sa matinding pagkabigo at lubos na kabiguan.

Ang mga taong pinakamatagumpay ay iyong mga taong laging nababanggit, iyong mga may kakayahang bumili ng kahit anong gusto nila at magkaroon - ayon sa materyal na pamantayan - ng lahat ng ninanais ng kanilang mga kaluluwa, ngunit wala pa rin silang kaligayahan! Kaya bakit pa sila magpapatuloy sa parehong landas na walang patutunguhan?

Ang katanyagan at magandang kapalaran ay maaaring bunga ng tunay na tagumpay, ngunit hindi ang mga ito ang esensya ng tagumpay, ni hindi rin ang mga ito ang pinakamahalagang katangian. Sa katunayan, hindi talaga sila kinakailangan para makamit ang tagumpay.

Kaya ano ang layunin? Ano ang dapat hanapin sa buhay? May isang layunin na dapat tahakin at pagsikapan: kaligayahan. Ito ay nangangailangan ng pagkuha ng mga nakatagong kayamanan ng buhay mula sa bawat sandali, para sa mga bihasa sa paghahanap at nakakaalam kung saan naroon ang mga kayamanang iyon.

At alamin mo, O naghahanap ng kaligayahan, na kung lilimitahan mo ang iyong atensyon sa iyong araw

At kung pagyayamanin mo ang iyong araw ng iyong mabubuting salita, kapaki-pakinabang na mga kilos, at mabubuting kaisipan

Ang araw mo ay magiging tapat mong kaibigan at ginintuang pagkakataon

Ang iyong pasaporte at visa ang magiging daan mo patungo sa isang maganda at magandang kinabukasan na puno ng tagumpay.

Samakatuwid, ang susunod na hakbang sa pagmapa ng iyong kinabukasan ay ang maingat na pagmasdan ang mga nilalaman ng bawat araw ng iyong buhay at tandaan kung ano ang kapaki-pakinabang at positibo. Kung hindi mo ito magawa, dapat kang huminto at magsuri.

Upang magtagumpay, dapat isaalang-alang ang mga sumusunod na mahahalagang salik, na kung wala ang mga ito ay hindi makakamit ang tagumpay:

Paggising mo sa umaga, huwag agad bumangon sa kama at simulan ang mga aktibidad sa araw

I-tensyon at i-relax ang iyong buong katawan nang ilang beses upang unti-unting mabawi ang iyong enerhiya. Bago simulan ang iyong pang-araw-araw na gawain, maglaan ng ilang oras upang tiyakin sa iyong sarili na ito ang magiging pinakamagandang araw ng iyong buhay. Kumbinsihin ang iyong sarili na anuman ang mangyari, ganito rin ang magiging araw mo. Ang pagsisimula sa panalangin at pagmumuni-muni ay

magpapalakas ng iyong paniniwala at magbibigay sa iyo ng lakas na kailangan mo.

Pasimplehin ang iyong buhay

Huwag umasa sa mga imbensyon ng tao para masiyahan sa buhay. Kung ililimitahan mo ang iyong sarili sa mga panandaliang kasiyahan, ikaw ay magiging magagalitin, malito, at sumpungin. Hindi na kailangan ang patuloy na pagkahumaling sa telebisyon, mga pagtitipon sa hatinggabi, at mga piging—ang mga ito ay naging nakaugat na mga kaugaliang panlipunan. Gaya ng sinabi ng isang tao—at kung gaano katotoo ang kanyang mga salita—hindi ang ating trabaho ang pumapatay sa atin, kundi kung paano natin ginugugol ang ating libreng oras! Mas mabubuhay ka at mas masisiyahan sa buhay kung papasimplehin mo ito at hindi ikakadena ang iyong sarili sa lipunan. Hanapin ang mga kagalakang matatagpuan sa maliliit na bagay.

Gawin ang iyong makakaya upang matapos ang gawaing nasa kamay sa abot ng iyong makakaya

Kung hindi ka nasisiyahan sa iyong kasalukuyang trabaho, ang pagkabalisa at pabago-bagong pagganap ay hindi magbabago ng anuman. Subukang harapin ang sitwasyon nang may positibong saloobin, anuman ito, at isa sa dalawang bagay ang mangyayari: alinman sa matutuklasan mong napalampas mo ang isang mahalagang pagkakataon, o isang bagong pinto ang biglang magbubukas nang malawak, na magbibigay-daan sa iyong pumasok at makahanap ng trabahong mas akma sa iyong mga pangangailangan at tumutupad sa iyong mga mithiin.

Ang buhay ay isang patuloy na proseso ng pagbibigay at pagtanggap

Maging balanse upang hindi ka kumuha ng higit sa iyong ibinibigay, ni limitahan ang iyong sarili sa pagbibigay nang hindi kumukuha

Palawakin ang iyong pananaw

Magpakita ng interes sa buhay at mga aktibidad ng iba. Tumingin nang lampas sa iyong sarili—sa iyong pamilya, at lampas sa iyong pamilya sa iyong mga kaibigan, at lampas sa iyong mga kaibigan sa lahat ng tao. Kinukumpirma ng agham na ikaw ay bahagi ng isang kabuuan, kaya huwag kalimutan ang iyong mas malaking sarili.

Balansehin ang iyong buhay

Dapat kasama sa bawat araw ang trabaho, pahinga, paglilibang, pag-aaral, at pagmumuni-muni. Ikaw ay isang nilalang na may katawan, isip, at espiritu. Pangalagaan ang mga mahahalagang elementong ito sa isang balanse at maayos na paraan upang makamit ang kalusugan, sigla, at kaalaman.

Maging mabilis ngumiti, mabagal sumimangot, sabik tumulong, handang maghintay at magbago, at alerto sa mga oportunidad

Suriin ang account sa pagtatapos ng araw

Batiin ang iyong sarili sa iyong pag-unlad. Hindi magbabago ang mga bagay sa isang iglap, kaya huwag matakot na harapin ang mga pagkakamali nang may determinasyon na pagbutihin ang kinabukasan. At bago ka matulog, ipagkatiwala mo ang iyong mga gawain sa Diyos, dahil alam mong

hindi ka Niya iiwan, kundi bibigyan ka Niya ng mga pagkakataon at magbubukas ng mga pinto para sa iyo hangga't magsisikap ka at hihingi ng Kanyang tulong at gabay.

Kapag ikaw ay inaantok at bago ka matulog, tiyakin sa iyong sarili na ang bukas ay magiging mas mabuti kaysa ngayon, sa tulong ng Diyos

Kung ikaw ay isang maingat na tagaplano at isang bihasang tagapagtayo

Kung susundin mo ang mga detalye ng iyong mapa

Imposibleng mabigo!

Sumulong kayo at sumainyo ang kapayapaan!

Pinagmulan: Magasin ng Kaalaman sa Sarili
Malalim na panginginginig

Pagsasalin: Mahmoud Abbas Masoud

O Panginoon, Ikaw ang mahiwagang makalangit na kuryente na dumadaloy sa aming mga ugat at nagbibigay-kapangyarihan sa masalimuot at masalimuot na mekanismo ng aming mga katawan, kasama ang lahat ng kanilang laman, buto, nerbiyos, at kalamnan.

Ang Iyong mahalagang enerhiya ay nasa loob namin, sa bawat paghinga namin at bawat tibok ng aming mga puso. Kilalanin namin na ang lahat ng kapangyarihan, kabutihan, at mga pagpapala ay nagmumula sa Iyo, O Pinagmumulan ng Pagkabukas-palad at pinagmulan ng lahat ng kabutihan, lakas, at pagpapala sa buhay.

*** * ***

***Mula sa hardin ng buhang-liwayway, pumipitas
ako para sa iyo ng mga bulaklak ng liwanag upang
ilagay bilang isang mapagkumbabang handog sa
iyong paanan**

**Nawa'y ang tumatagos na bituin ng aking pag-
ibig sa iyo ay sumigla sa kapaligiran ng aking
kaluluwa, na nagpapalayas sa hamog ng kawalang-
ingat at kadiliman ng kawalang-pakialam. Huwag mo
akong kalimutan, O Panginoon, kahit na kalimutan
kita.**

Tandaan mo ako kahit hindi na kita maalala

*** * ***

**Panginoon, pagpalain mo kami upang kami ay
mabuhay nang may kagalakan at optimismo**

**Tangkilikin natin ang ating mga tungkulin sa lupa
at ang walang hanggan at walang katapusang
kagandahan ng paglikha**

**Tulungan mo kaming pahusayin ang aming mga
pandama upang aming matikman at masiyahan sa
kahanga-hangang kalikasan**

**At hayaan mong timplahan namin ng iyong
pinagpalang lasa ang lahat ng inosenteng kasiyahan
ng buhay**

**Naalis na natin ang negatibo at pesimistikong
pananaw na di-makatwirang pumapatay sa mga
kagalakan ng pamumuhay at sa mga kasiyahan ng
buhay.**

*** * ***

**Matagal na akong nagdusa mula sa malungkot na
mga pangitain ng mga makamundong bagay. Sa halip
na makita ka, O espiritu ng sansinukob, ang nakikita
ng aking mga mata ay maputla at walang buhay na
bangkay ng materya.**

**Basbasan mo ako upang sa pamamagitan ng
karunungan ay makita ko sa lahat ng bagay ang iyong
pinagpalang presensya**

*** * ***

**Pinuhin ang aming metal, O Makalangit na
Alkimiko! Gawing kalakasan ang aming kahinaan at
ang aming mga maling kaisipan ay gawing tunay na
pag-unawa sa katotohanan. Gawing matayog at may
pakpak na mga mithiin ang mga kasuklam-suklam na
demonyo ng aming makasariling mga ambisyon,
gawing sagradong karunungan ang aming masakit na
kamangmangan, at gawing pinong ginto ng mga
dakilang espirituwal na tagumpay ang mga mababang
hilaw na materyales ng aming katamaran.**

*** * ***

**O Panginoon, sa pamamagitan ng
mapagpakumbabang mga kamay ay lumalapit ako sa
Iyo upang ialay sa Iyo ang aking buong pagkatao,
binabalot ang aking mga pagsusumamo ng halimuyak
ng banal na pag-ibig!**

**Pagkalooban mo ako ng tiwala ng mga inosenteng
bata sa iyo at ng buong debosyon sa iyo**

**Pagpalain mo ako upang madama ko ang iyong
presensya sa likod ng mga salita ng aking mga
panalangin**

**Bigyan mo ako ng inspirasyon na maramdaman
ang iyong presensya sa lahat ng aking emosyon**

**At upang aking mapagtanto na ang iyong
naliwanagang karunungan ay nagpapahusay sa aking
pang-unawa at nagpapabanal sa aking kaalaman**

**At tiyaking alamin na ang buhay ko ay isang
manipestasyon ng iyong natatangi at kakaibang
buhay**

*** * ***

O Panginoon, ang pag-ibig ko sa Iyo ay hindi maitatago ng mga binibigkas na salita o mga bulong na lihim. Sapagkat sa isang sagrado at di-binibigkas na wika, ipapahayag ko sa Iyo ang aking nag-uumapaw na pag-ibig at ang aking matinding pananabik na makilala Ka.

Ang iyong tinig ay katahimikan, at sa katahimikan ng aking kaluluwa ay maririnig ko ang iyong malumanay na tinig

Hayaan mong maramdaman ko na mahal mo ako noon pa man, kahit hindi ko pa ito namamalayan noon.

*** * ***

Turuan mo kami, Panginoon, na mahalin ang mga ibon, ang mga hayop, ang mga payat na bulaklak, at ang mga piping damo na kadalasang nilalabag ng aming mga pabaya na paa.

Ang hindi mabilang na uri ng kalikasan ay mga pagpapahayag ng iyong maraming aspeto ng henyo: mga tunay na obra maestra mula sa iyong kamay, na patuloy na gumagalaw at nanginginig.

Ipakita mo sa amin sa lahat ng nilikha ang iyong natatanging gawa na hindi kayang gayahin!

*** * ***

Panginoon, pagpalain Mo po ako upang wala akong makita kundi kabutihan at kadalisayan

Upang wala akong marinig kundi mga salita at himno ng banal na pag-ibig na nagbibigay-inspirasyon

Ipagkaloob mo sa akin ang iyong biyaya, O Espiritu na mabango sa makalangit na aroma, upang malanghap ko lamang ang mga kaaya-ayang halimuyak na nagpapaalala sa akin sa Iyo.

Hayaan mo lang akong tumikim ng simple at masustansyang pagkain

**At nawa'y lahat ng aking mahahawakan ay
ipaalala sa akin ang iyong dalisay at pinagpalang
haplos**

*** * ***

**Ang aking karaban ng mga panalangin ay patungo
sa iyo sa kabila ng mga unos ng buhangin ng kawalan
ng pag-asa na paminsan-minsang humahampas dito,
sinusubukang hadlangan ang pag-unlad nito.**

**Habang sumusulong ako sa banal na prusisyon,
natatanaw ko mula sa malayo ang oasis ng iyong
tahimik na pagpapalakas ng loob sa akin, at ang
aking lakas ay nabuhay muli at ang aking moral ay
nababago, kaya't dinoble ko ang aking pagsisikap na
maabot ka.**

**Kapag narating ko ang oasis ng kabutihan,
ilulubog ko ang aking uhaw na mga labi ng
pananampalataya sa bukal ng iyong kaligayahan at
iinom hanggang sa ako'y mapagod.**

*** * ***

**Ang nakalulunogs na alon ng iyong banal na tinig
ay dumadaloy sa eter**

**Ang mga taingang nabingi dahil sa mga pang-
abala ng mga kasiyahang pandama ay hindi kayang
marinig ang iyong mala-anghel na mga sermon**

**O Banal na Tagapagbalita, hayaan ang mga
instrumento ng aming mga isipan, na hindi naaayon
sa lyo ngayon, na maging katugma ng buong
konsentrasyon ng tumpak na tagapagpahiwatig ng
espirituwal na pagkilala.**

**Turuan mo kami kung paano makuha ang
makalangit na himig at espirituwal na musika na
umaalon sa eter ng kaluluwa**

*** * ***

**O Panginoon, buksan mo ang aking espirituwal na
pananaw upang lagi nitong gabayan ang aking mga**

hakbang at ilayo ako sa mga landas ng pagiging makasarili.

Habang naglalakad ako sa mga pasikot-sikot ng kamalayan at sa mga paliko-likong landas nito, makikita at matatakan ko ang mga bastos na tulisan: kasakiman, pagkamakasarili, at pagwawalang-bahala sa mga batas moral.

O Liwanag sa Loob na Nakakaalam ng Lahat, ipakita mo sa akin ang mga solusyon sa lahat ng problema ng buhay

*** * ***

Ginagawa ko ang sagradong panata na ito sa aking sarili:

Ang araw ng aking pag-ibig ay hindi kailanman lulubog sa langit ng aking patuloy na pag-iisip sa Iyo, O Panginoon

**Hindi ko ililihis ang tingin ko sa iba maliban sa iyo
Hindi ako gagawa ng kahit ano na hindi magpapaalala sa akin ng tungkol sa iyo.**

Ang mga kilos na nagmumula sa kamangmangan at kahangalan ay humahantong sa mga bangungot at nakakatakot na panaginip

Hayaan mo akong managinip lamang ng matatamis na panaginip ng mga marangal na tagumpay, sapagkat ang mga ito ay mula sa Iyong inspirasyon at patnubay, O Panginoon!

*** * ***

O Panginoon, kung itatago Ka sa akin ng mga lambong ng materya, hanggang kailan Ka magtatago sa likod ng mga kaakit-akit na kurtina ng mga liryo, rosas, mga ulap na kumikinang sa kulay ginto, at mga tahimik na gabing puno ng mga tanglaw at bituin?

Kahit nakatago ka, mahal ko ito dahil banayad nitong ipinahihiwatig ang iyong presensya

**Gayunpaman, inaasam-asam kitang makita kung
sino ka talaga, nang walang maskara ng paglikha!**

*** * ***

**O Siyang Nakakakita ng Lahat, na hindi inaantok
o naaantok!**

**Nakikita mo ako mula sa nakapirmi at di-
nagbabagong mata ng araw at ng buwan na patuloy
na nagbabago. At sa pamamagitan ng isang
holistikong tingin, pinagmamasdan mo ako mula sa
hindi mabilang na mga butas ng kalawakan at sa
kumikislap na mga ilaw ng mga bituing nagbabantay.**

**Sa dampi ng simoy ng hangin, hinahaplos mo ako,
at sa pamamagitan ng aking palakaibigang pag-iisip
tungkol sa iyo at sa iyong mga lingkod, binubuhos mo
sa akin ang pinagpalang ulan ng iyong awa.**

*** * ***

**O tinig ng kawalang-hanggan, O tinig ng
kawalang-hanggan! Tulutan mo akong makamit ang
espirituwal na kamalayan sa pamamagitan ng iyong
sagradong ugong.**

**Umalingawngaw ito sa akin, pinalawak ang aking
mga pananaw mula sa katawan hanggang sa walang
hanggang sansinukob**

**At magbigay-inspirasyon sa akin na madama ang
walang hanggang pulso ng paglikha sa pamamagitan
mo**

*** * ***

**Ginagalaw mo ang aking mga paa, Gumagawa ka
sa aking mga kamay, Pinipintig mo ang aking puso,
Dumadaloy ka kasabay ng aking hininga at hinabi mo
ang mga kaisipan sa aking isipan**

**Ang iyong tumatagos na kalooban ay sumusugod
araw-araw na parang bulalakaw sa kalangitan ng
aking kalooban bilang tao**

Hayaan mong ihalo ko ang isang patak ng aking buhay sa iyong kosmikong dagat, upang makita ko ang bula ng aking maliit na sarili na lumulutang sa iyong malawak na dibdib.

*** * ***

Nabalitaan ng mga ulila at mga nasugatan ang iyong kabaitan at habag, at narito sila sa iyong pintuan. Itataboy mo ba sila nang bigo at walang aliw?

O, kung maaari lamang punasan ng iyong dinakikitang kamay ang mga luhang nagbabaga sa mga mata ng mga taong may pusong sawi at kaluluwang nagdurusa

Yaong mga naliligaw sa mga landas ng ilusyon at panlilinlang, kanino sila babaling at sino pa ang kanilang hahanapin maliban sa iyong bukas-palad na pinto?

Sa pagsikat ng iyong presensya, ang kanilang mga problema ay mawawala at ang kanilang mga paghihirap ay maglalaho.

O Panginoon, itaas mo ang lambong upang makita namin ang iyong mabait at mahabagin na mukha

*** * ***

O kabanal-banalang tinig, umungal ka sa mga dalampasigan ng aking kaluluwa at basagin ang mga rehas ng materyalistikong pag-iisip, upang ako'y makalaya mula sa bilangguan ng katawan

Hayaan mong marinig ko sa pagmumuni-muni ang iyong banayad na ugong ng karagatan sa aking katawan, isip, at espiritu at sa aking panlabas na kapaligiran, at damhin ito na kumakalat sa lahat ng maliliit at malalaking lungsod, at sa mundo, sa solar system at sa buong sansinukob.

At upang lubos na matanto ang aking malawak na pag-iral sa loob ng dakilang katawan ng kalikasan!

*** * ***

O walang hanggang banal na apoy, naghahagis ka ng maliliit na kislap ng iyong banal na liwanag sa mga kaluluwa at isipan ng sangkatauhan, tila limitado, maliit, at pira-piraso. Ngunit ikaw ay nananatili ang nag-iisang, walang hanggang pinagmumulan ng bawat apoy at liwanag na umiiral.

*** * ***

O Walang Hanggang Tagumpay! Tulungan Mo akong linangin ang mga mararangal na katangian sa aking sarili: mga sundalo ng kahinahunan at pagpipigil sa sarili upang magtagumpay sa labanan laban sa pinakamatinding kaaway: galit, kasinungalingan, at kawalan ng utang na loob.

Kaya't itataas ko sa ibabaw ng mga sulok ng aking buhay ang bandila ng iyong karapatan, na siyang kataas-taasan at hindi malalagpasan

*** * ***

O Banal na Espiritu, huwag nawa naming ituring na mas mahalaga ang tungkulin kaysa sa banal na tungkuling kilalanin Ka. Sapagkat ang bawat kilos, anuman ang uri nito, ay makakamit lamang sa pamamagitan ng kapangyarihan ng tagumpay na ipinagkaloob Mo sa amin.

Kaya't, mahalín ka namin nang higit sa lahat, dahil kung wala ang biyaya ng iyong buhay at pagmamahal, hindi kami mabubuhay o makakapagmahal nang lubusan.

*** * ***

O walang hanggang Bituin sa Hilaga! Saanman ako gumala at lumingon, ang magnetikong karayom ng aking isipan ay nananatiling nakaturo sa iyo

Hinampas man ako ng hangin ng mga biglaang pangyayari o nababasa ng ulan ng kahirapan at kalamidad, gabayan mo pa rin ang aking isipan na tuluyang bumaling sa Iyo.

Ang aking pag-ibig, tulad ng ibong kumakaway sa gitna ng mga ulap ng kalituhan at mga bagyo ng pagkalito, ay tiyak na makakarating sa iyo.

*** * ***

O Pinakadakilang Banal na Manunugtog, hingan mo sa plawta ng lahat ng relihiyon ang mga himig ng Iyong kamangha-manghang kaisahan, at hayaang ang sagradong musika ay magdala ng mga tunay na himig ng Iyong espiritu, mayaman sa orihinalidad at pagkamalikhain.

Hayaan mong makiisa kami sa Iyo at pag-isahin ang mga himig ng aming mga puso sa isang himno na aming itinataas sa Iyo. Walang diyos kundi ang Diyos!

*** * ***

O Panginoon, sa Iyo ko itinataas ang panalanging ito:

Marami man o kaunti ang aking mga ari-arian, bigyan mo ako ng lakas ng loob na makamit ang lahat ng aking kailangan sa araw-araw.

*** * ***

Inuulit ko ang aking taos-pusong mga pagsusumamo sa rosaryo ng pag-ibig, ang mga butil nito ay pinagdugtong-dugtong ng sinulid ng pananabik. Mga banal na pangalan: Diyos, ang Uniberso na Espiritu, Brahma, Ama sa Langit, Banal na Ina—lahat ay Iyong mga banal na pangalan.

Sa iyong kosmikong representasyon sa mga yugto ng mga panahon, milyun-milyong anyo at imahe ang iyong natanggap, tulad ng paggamit mo ng maraming pangalan, ngunit ang iyong kalikasan ay nananatiling

iisa at hindi nagbabago, na siyang walang hanggang kaligayahan!

*** * ***

O Diyos ng pangkalahatang batas, tulungan Mo akong madala ang aking mga sugat at peklat, na dulot ng mga kalamidad at pagsubok, bilang mga medalya at badge ng disiplina na ipinagkaloob sa akin ng kamay ng Iyong banal na hustisya, na walang kinikilingan.

Nawa'y ang aking pang-araw-araw na paghihirap ay magsilbing panlunas sa ilusyon at panlilinlang, at alisin sa akin ang mga maling pag-asa para sa makamundong kaligayahan.

Sana ang mga luhang ibinuhos ko dahil sa kabastusan ng iba ay maghugas sa mga nakatagong mantsa at dungis sa aking isipan.

At nawa'y ang bawat matalim na suntok mula sa piko ng kaguluhan ay magbukas ng mga bagong lalim ng karunungan at pang-unawa sa loob ko

Sana'y takutin ako ng di-banal na kadiliman ng ordinaryong buhay upang ako'y tumakbo at hanapin ang mga abot-tanaw ng iyong kadalisayan at ang iyong nakapagpapagaling na liwanag.

Ang mga tusok at biglaang dagok ng buhay ay pumipilit sa akin na sumigaw, humihingi ng iyong tulong

At hayaang ang mga paghuhukay ng masasakit na pangyayari sa lupa ng aking buhay ay magbunyag ng masaganang at patuloy na umaagos na mga bukal ng iyong aliw.

Sana ang kapangitan ng kagaspangan ng iba ay magtulak sa akin na pagandahin ang aking sarili nang may kahinahunan at kabaitan, at sana ang masasakit na salita ng aking mga kasama ay magpaalala sa akin na gumamit lamang ng matatamis na salita.

**Kung ang masasamang isipan ay magbato sa akin
ng mga bato, sasalubungin ko sila ng mga
palakaibigang bala na may mabubuting hangarin.**

**Tulad ng punong hasmin na nagkakalat ng
mababangong bulaklak sa kamay na nagbababa ng
palakol sa puno nito, gayundin hayaan mong ikalat ko
ang mga talulot ng rosas ng kapatawaran sa lahat ng
taong tinatrato ako nang may lamig at poot.**

Mga espirituwal na kaisipan

Para sa pantas na Paramhansa Yogananda

**Ang pakiramdam ng banal na presensya sa
meditasyon ay pumupuno sa isipan ng kapayapaan at
nag-iipon ng mahalagang enerhiya sa katawan**

**Sa pamamagitan ng malalim at tahimik na
espirituwal na pakikipag-ugnayan at sa pamamagitan
ng pagtutuon ng pag-iisip at damdamin patungo sa
Diyos, ang naghahanap ay nakakaramdam ng
lumalaking kagalakan, at ang kagalakang ito ay
nasasalat na ebidensya ng pakikipag-ugnayan sa
Diyos at paghawak sa Kanyang pinagpalang
presensya.**

**Nakita kitang binubungkal ang lupa ng aking
kaluluwa gamit ang araro ng mga pagsubok at
paghihirap, ikinakalat ang mga buto ng iyong
karunungan sa mga tudling nito. Patuloy kong
dinidiligan ang mga butong iyon, at nang sumikat ang
araw ng iyong awa sa kanila, lumago at umunlad ang
mga ito, na nagbubunga ng pinagpalang ani ng
kasiyahan at kasiyahan.**

Kapag nakikilala ng isang tao ang Diyos, hindi na niya maramdaman na naiiba ang iba sa kanya

Nananatiling balanse at kalmado ang mga matatalinong tao sa kabila ng pabago-bagong mga pangyayari at kundisyon, gaano man sila kaiba-iba

Ang Diyos ang sukdulang gantimpalang kosmiko at ang pinakamalaking pakinabang sa pag-iral

O Panginoon, mula sa araw na ito ay gagawin ko ang aking makakaya upang makilala Ka at gawin ang aking makakaya upang mapalapit sa Iyo at madama ang Iyong pagmamahal nang hindi pinapabayaang o kinakaligtaan ang aking mga makamundong tungkulin, at tutuparin ko ang lahat ng aking mga tungkulin bilang isang dalisay na handog sa Iyo, at sa gayon ay makakamit ko ang Iyong biyaya.

Ang Diyos ang pinagmumulan ng karunungan at maningning na inspirasyon. Siya ang pinagpalang halimuyak na nagmumula sa lahat ng mabubuting puso. Siya ang hardin ng mga makalangit na rosas at mahamog na bulaklak ng pag-iisip. Siya ang pinakadakilang pag-ibig na nagbibigay-inspirasyon at nagpapalusog sa ating pag-ibig.

Ipinahayag ng Diyos ang Kanyang sarili sa akin sa mga abot-tanaw ng katahimikan, at nalasap ko ang Kanyang kaligayahan sa mga pinagmumulan ng aking pagkatao, at narinig ko ang Kanyang tinig sa aking nagising na konsensya, at nang may lubos na kamalayan ay natatanggap ko ang Kanyang liwanag na patuloy na tumatagos sa akin.

Ang pag-iisip ang pinaka-flexible na puwersa dahil ito ang pinakabanayad at pinaka-transparent na bibrasyon ng kamalayan. Maaari mong hatiin ang mga kaisipan sa napakaliit na yunit, ngunit hindi mo kailanman mararating ang dulo.

Hindi dapat ikulong ng isang tao ang kanyang sarili sa makitid na bilangguan ng pagkamakasarili, bagkus ay isama ang iba sa kanilang mga tagumpay at kaligayahan, at maging instrumento para sa gawain ng kalooban ng Diyos. Kapag iniisip natin ang ating sarili, isipin natin ang iba; kapag hinahangad natin ang kapayapaan, hanapin din natin ito para sa iba. Ang mga nagsisikap na magdulot ng kaligayahan sa iba ay pagpapalain at gagantimpalaan ng Diyos.

Hayaan mong isipin kita hanggang sa ikaw na lang ang maging tanging nasa isip ko

Ang uniberso na nakikita natin ay isang panaginip sa loob ng isang panaginip. Ang materya ay hindi lamang "nagyelong" enerhiya, kundi isa ring "nagyelong" kosmikong kamalayan.

Panginoon, tulungan mo ako at gabayan ang aking pang-unawa at lakas upang maihatid ko ang iyong liwanag sa madilim na isipan, upang sila ay maliwanagan at sumikat sa mga sinag ng iyong karunungan. At sa pamamagitan ng kapangyarihan ng mahabaging pagpapatawad, hayaan mo akong lumapit sa iyo kasama ang lahat ng mga kapatid na natitisod sa mga landas ng paghihirap.

Sinumang nagnanais makilala ang Diyos ay dapat magkaroon ng pinakamataas na antas ng pagmamahal sa kanyang puso, tulad ng isang kuripot

na umiibig sa pera, isang mangingingibig na nananabik sa kanyang minamahal, at isang nalulunod na nananabik sa isang simoy ng hangin.

Ang kasiyahan ng mga materyal na bagay ay nababawasan at naglalaho, ngunit ang banal na kagalakan, na hindi mailalarawan, ay hindi kailanman nababawasan o naglalaho.

Hayaang kumalat ang simoy ng banal na pag-ibig sa iyong mga matingkad na ngiti, upang ang kanilang liwanag ay magtaboy at magtaboy ng kadiliman sa puso ng iba.

Sa pangkalahatan, ang pag-ibig ay nangangailangan ng mas matinding sikolohikal na lakas kaysa sa poot, ngunit mas madali para sa mga matatalino na maunawaan ang pag-ibig kaysa sa poot dahil nakikita nila ang lahat ng nilalang bilang bahagi ng mas mataas na sarili at malapit na nauugnay sa kosmikong kamalayan.

Ang kapayapaan ang lunas sa bawat karamdaman, at ang mga taong ang mga puso ay puno ng pagmamahal, na nagtatamasa ng katahimikan, at nagagalak sa paggawa ng mabubuting gawa ay nakakaalam ng lasa ng kapayapaan, na isang kinakailangang kondisyon at isang pangunahing haligi ng bawat masayang buhay.

Magbigay ng pagmamahal sa mga may matigas na puso, kapayapaan sa mga biktima ng pag-aalala at depresyon, katamisan sa mga dumaranas ng mapait na kalooban, kagalakan sa mga nabibigatan ng

paghihirap at sakit, at maging mabuting halimbawa sa mga lumalakad sa landas ng kamalian.

Walang hihigit pa sa katapatan at sinseridad sa pakikitungo sa iba. Madaling makipagkaibigan nang walang sinseridad, ngunit imposibleng manatiling kaibigan nang walang sinseridad.

May mga kahanga-hangang kalagayan ng konsentrasyon, at kapag narating ng nagmumuni-muni ang mga kalagayang iyon, nararanasan niya ang mga pambihirang kalagayan ng espirituwal na kagalakan at maluwalhating mga pangitain, at bumubulalas:

"Ang hinanap ko sa lahat ng dako, ay natagpuan ko kasama ko at sa loob ko, at nakikita ko ang liwanag nito sa likod ng mga pader ng kadiliman at nararamdaman ang presensya nito sa kaibuturan ng katahimikan."

Ang banal na pag-ibig ay isang hardin ng mga makalangit na rosas at nagliliwanag at namumulaklak na mga kaisipan. Pinapakain nito ang ating pag-ibig, binibigyang-inspirasyon ang ating mga damdamin, at tinutupad ang ating masasayang pangarap.

Panginoon, anuman ang aking mga kalagayan, kinikilala ko na ang mga ito ang susunod na hakbang sa aking espirituwal na paglago. Tatanggapin ko ang lahat ng pagsubok dahil alam kong mayroon akong isip, pang-unawa, at lakas upang malampasan [ang mga balakid at kahirapan na dumarating sa akin].

Bagama't natatanto na ngayon ng mga natural na siyentipiko na ang materya ay walang iba kundi ang

nakulong na enerhiya, matagumpay na lumipat ang mga naliwanagang guro mula sa teoretikal na kaalaman patungo sa praktikal na aplikasyon sa larangan ng pagkontrol ng materya.

Kung determinado kang maging masaya sa buhay mo, walang makakaagaw sa kaligayahan mo

Ang dalisay na banal na pag-ibig ay pumupuno sa kaluluwa ng mangingingibig ng kagandahan, umaakit sa atensyon ng Panginoon ng Sansinukob, at kumukuha ng Kanyang walang hanggang pag-ibig

Marami akong kilalang namumukod-tangi at matatalinong negosyante na, sa kaibuturan ng kanilang puso, ay naghahangad na makilala ang Diyos at magtamo ng karunungan, ngunit gayunpaman ay nakatali sila sa kanilang trabaho at maraming pangakong panlipunan, at sa paggawa nito, isinasakripisyo nila ang pinakamahalagang mga tungkulin—ang kanilang tungkulin sa Diyos, mga postgraduate studies, at buhay sa tahanan—sa ibabaw ng pera at mga pangakong hindi gaanong mahalaga at mahalaga.

Nais ng Lumikha sa atin na mahalin natin Siya nang may dalisay at kusang pag-ibig at hindi natin mararanasan ang lasa ng kaligayahan maliban kung ibibigay natin ang ating pagmamahal sa Diyos.

Lulupigin ko ang pagmamataas gamit ang pagpapakumbaba, galit gamit ang pagmamahal, kasabikan gamit ang kahinahunan, pagkamakasariili gamit ang altruismo, kasamaan gamit ang kabutihan, kamangmangan gamit ang karunungan, at pagkabalisa gamit ang katahimikan at kapayapaan.

Dapat ay may sumibol sa ating mga puso ng isang mahabagin na puso na magpapakalma sa mga sugat ng iba at mag-aalis ng kalungkutan at sakit sa kanilang mga puso.

Sinabi ng gurong si Paramahansa sa isa sa mga estudyante:

"Ang iyong mabubuting gawi ay makakatulong sa iyo sa mga karaniwan at pamilyar na sitwasyon, ngunit maaaring hindi sapat ang mga ito upang gabayan ang takbo ng iyong buhay kapag may mga problema at kapag kailangan mo ng likas na pag-unawa. Sa pamamagitan ng malalim na pagninilay, palagi mong mapag-iiba ang tama at mali at makakagawa ng tamang desisyon sa lahat ng bagay, kahit na maharap ka sa mga hindi pangkaraniwang sitwasyon."

Hindi tayo mabubuhay nang wala ang Diyos kahit isang segundo. Hinahaplos Niya tayo sa banayad na simoy ng hangin, binibigyan tayo ng sigla mula sa sinag ng araw, at binibigyan tayo ng pagkaing ating kinakain. Nasa puso Siya ng iba sa ating paligid, at Siya lamang ang maituturing nating ating minamahal at tunay na katuwang.

Ang kapakumbabaan ay may matamis at kaakit-akit na halimuyak na nagpapamahal sa isang taong mapagkumbaba

Dapat nating sanayin ang ating mga sarili na mag-isip tungkol sa mga dakilang bagay tulad ng kawalang-hanggan at kawalang-hanggan

Inihahayag ng Diyos ang Kanyang mga nakahihigit na gawa sa kagandahan ng sangnilikha, ngunit hindi Niya inihahayag na Siya ay nakatago at natatago sa mga kahanga-hangang kagandahang iyon.

Kung mayroon kang matibay na pag-iisip at itinanim ito sa lupa ng matibay na determinasyon, at kung malalim ang iyong pananampalataya, maisabuhay mo ang iyong mga ideya at makakamit ang mga dakilang tagumpay sa lupa.

Dapat gawing simple ang buhay, at ang mga bagay-bagay ay harapin nang madali at ginhawa. Ang kaligayahan ay nakasalalay sa pagkakaroon ng oras para sa pagmumuni-muni at pagninilay-nilay. Sikaping gumugol ng oras nang mag-isa paminsan-minsan, tinatamasa ang panloob na kapayapaan na nagmumula sa katahimikan at katahimikan.

Ang kasamaan ay may kapangyarihan; kung susundin mo ang mga landas nito, madadaig ka nito. Kung madulas ka, dapat kang bumalik agad sa mga landas ng kabanalan at katuwiran.

Tanggapin mo, O Panginoon, ang pananabik ng aking kaluluwa at ang pag-ibig na walang hanggan na aking itinago para sa iyo sa kabang-yaman ng aking puso.

Sa santuwaryo ng aking katahimikan, nagtanim ako ng hardin para sa iyo at pinalamutian ito ng mga rosas ng aking pag-ibig.

Taglay ang pusong nananabik, ang sabik na isipan, at ang nananabik na kaluluwa, inilalagay ko sa paanan ng Iyong sumasaklaw na pagkatao ang lahat

ng bulaklak ng aking espirituwal na pananabik at banal na pag-ibig.

Sasalubungin ko ang bawat araw sa pamamagitan ng pag-iisip tungkol sa Diyos at pagninilay-nilay sa Kanya

Bawat kumikislap na bituin sa langit, bawat dalisay na kaisipan, bawat mabuting gawa ay isang bintana kung saan ako'y nakatanaw sa Iyo, aking Diyos.

Iparinig mo sa akin ang iyong tinig, Panginoon, sa yungib ng pagmumuni-muni ay matatagpuan ko ang walang hanggang kaligayahan sa langit sa aking sarili; kung magkagayo'y pupuno ang kapayapaan sa aking puso at sa aking pagkatao sa katahimikan at pagkilos.

Bigyang-diin ang katahimikan at kapayapaan at magpadala ng mga saloobin ng pagmamahal at kabutihang-loob kung nais mong mamuhay nang may kapayapaan at pagkakasundo sa mundong ito.

Karamihan sa mga tao ay parang mga kopya ng iba, ginagaya ang sinasabi at ginagawa ng iba. Dapat maging kakaiba ang isang tao at ipakita ang pinakamahusay sa kanilang natatanging kalikasan.

Kung ikaw ay nawalan ng pag-asa na makamit ang kaligayahan, magalak ka at huwag mawalan ng pag-asa. Sapagkat ang iyong kaluluwa ay repleksyon ng laging masayang Dakilang Espiritu, at sa esensya nito, ito ang pinagmumulan ng kaligayahan.

Kung ipipikit mo ang iyong mga mata, hindi mo makikita ang maliwanag na araw ng kaligayahan sa abot-tanaw ng iyong buhay. Ngunit kahit gaano mo

pa kahigpit ipikit ang mga talukap ng iyong isipan, susubukan pa rin ng araw ng kaligayahan na tumagos sa mga saradong silid ng iyong isipan.

Buksan ang mga bintana ng katahimikan at makikita mo ang biglaang liwanag ng kaligayahan sa iyong sarili, dahil ang mga sinag ng masayang espiritu ay maaaring madama kung ibabaling mo ang iyong mga iniisip sa loob.

Nililinis ng meditasyon ang kosmikong hamog kapag ang kamalayan sa sarili ay nagsisimulang tumaas sa mas mataas na antas at abot-tanaw ng pag-iral

Ang bawat imbentor ay hinihimok ng materyal na pangangailangan; ang pangangailangan ang ina ng imbensyon. Gayundin, ang mga matatalino ay naging —dahil sa pangangailangan—masigasig na mga naghahanap ng espirituwal na bagay. Natuklasan nila na kung walang panloob na kasiyahan, walang anumang panlabas na magandang kapalaran ang makapagdudulot ng pangmatagalang kaligayahan.

Isang buwan ang nagpapaalis ng kadiliman ng gabi. Gayundin, ang isang kaluluwang naliliwanagan ng liwanag at kaalaman ng Diyos, isang kaluluwang nakaugat sa banal na pag-ibig, ay nagpapaalis ng kadiliman ng kaluluwa ng iba saanman ito magpunta, na nagpapalaganap ng liwanag ng pag-ibig, pag-unawa, at kapayapaan.

Para magkaroon ng mga kaibigan, dapat tayong magpakita ng tunay na pagmamahal sa iba. Ang mga nagbubukas ng magnetikong pinto sa pagkakaibigan ay makakaakit ng mga kaluluwang may katulad na mga vibration [mga hilig at ugali]

Ang kaligayahan ay nakasalalay sa pagpapanatili ng sikolohikal na kalinawan sa lahat ng mga pagsubok at karanasan sa mundo na may dalawahang kalikasan.

Kapag ang puso ay nasa isang tao, hinihila nito ang lahat ng katangian ng taong iyon. Sinumang nag-iisip tungkol sa mabubuting tao, ang kanilang kabutihan ay nalilipat sa kanya, at sinumang nakatuon nang may pagmamahal sa pagbibigay-inspirasyon sa mga tao, ang mga inspirasyon ay dumarating sa kanya, at sinumang nakikisama, kahit sa pag-iisip, sa mga taong may buhay na konsensya, marangal na moral, at marangal na intensyon ay nakikibahagi sa kanilang kadakilaan at moralidad, dahil ang isip ay umaakit na parang magnet [at ang katulad ay umaakit ng katulad].

Kapag ang isang baha ng nag-uumapaw na pagmamahal sa Diyos ay nananaig sa puso ng nananabik na kaluluwa, hindi mailalarawan ng mga salita ang karanasan. Ang pagmamahal na ito ay isang lihim ng kaluluwa, isang malalim na koneksyon sa Diyos, tulad ng isang sagradong apoy na tumutupok sa kadiliman ng sarili, na nagpapahintulot sa naghahanap na maunawaan ang liwanag ng Diyos at madama ang Kanyang kalapitan.

Hindi kayang maglaman ng karagatan sa loob ng isang maliit na tasa. Gayundin, ang kamalayan ng tao, na limitado ng pisikal at mental na mga limitasyon ng materyal na persepsyon, ay hindi kayang maglaman ng kosmikong kamalayan, gaano man kalakas ang pagnanais. Gayunpaman, sa pamamagitan ng malalim at patuloy na pagmumuni-muni, ang kamalayan ng

tao ay maaaring mapataas at ang persepsyon nito ay maaaring lumawak hanggang sa puntong maantig ang kosmikong kamalayan.

Minsan, may isang lalaki sa New York na lumapit sa akin [pagkatapos ko lang matapos ang isa sa aking mga lektura] at iginiit na maaari niyang iwanan ang kanyang pisikal na katawan at maglakbay sa kanyang astral na katawan. Sinabi ko sa kanya, "Hindi ako naniniwala na iniisip mo lang na mayroon kang kakayahang iyon." Ngunit iginiit niya na subukan ako, kaya pumayag ako, na sinasabi, "Sige, bumaba ka sa ibaba habang nakasuot ng iyong astral na katawan at sabihin mo sa akin kung ano ang nasa restawran." Nanatiling tahimik siya sandali, pagkatapos ay sinabi, "May grand piano sa kanang sulok." Alam kong iniisip niya lang ito dahil normal ang kanyang paghinga at pulso, kaya sinabi ko, "Sa kabaligtaran, sa palagay ko kung pupunta ka roon, makakakita ka ng dalawang babaeng nakaupo sa paligid ng isang mesa." Ngumisi siya sa aking mungkahi, kaya sinabi ko, "Sabay na tayong pumunta sa restawran ngayon." Pagdating namin, pumunta kami sa sulok na binanggit niya, ngunit walang piano; sa halip, nakakita kami ng dalawang babaeng nakaupo sa paligid ng isang mesa. Sa wakas, napagtanto ng aming kaibigan na nalinlang siya ng kanyang sariling mga maling akala.

Ang pananampalataya sa Diyos at panloob na pagkakasundo ang pinakamalaking tulong at suporta para sa isang tao upang makayanan ang mga pasanin ng buhay

Dapat nating pakinggan ang tinig ng Diyos na umaalingawngaw sa matinong kaisipan. Ang mabubuting kaisipan ay parang mga udyok mula sa

Diyos at mga espiritu ng mga anghel upang gabayan at tulungan tayo. Si Satanas din ay sinusubukang supilin ang sangkatauhan sa pamamagitan ng kanyang mga bulong ni Satanas, na nagpapakita ng masasamang kaisipan, masasamang intensyon, at maruruming motibo na hindi dapat hayaang sumakop sa kaharian ng kaisipan at dumihan ang espasyo ng kamalayan.

Kapag ang panalangin ng isang naghahanap ay nagmumula sa kaibuturan ng kanilang puso, ang kanilang mga salita ay napupuno ng pagmamahal sa Diyos, at nararamdaman ng iba ang espirituwal na epekto nito at nararanasan ang banal na pagmamahal sa kanilang presensya. Gayunpaman, kung ang naghahanap na iyon ay kulang sa lakas, maaaring nakawin ng mga nakapaligid sa kanila ang pagmamahal na iyon mula sa kanila. Nangyayari ito kapag sinimulan nilang purihin at hangaan ang kanilang espirituwalidad. Kung sila ay nalulula sa pakiramdam na sila ay dakila dahil maaari silang magbigay-inspirasyon sa iba, ang kahinaan ay gumagapang, ang pagmamataas ay mananaig sa kanilang puso, at bilang resulta ay nawawala ang kanilang pagmamahal sa Diyos.

Ang isip ng tao ay pinalalakas sa pamamagitan ng pakikipaglaban sa sakit at pagdaig sa kahirapan. Anuman ang magpahina sa isip ay isang kaaway, at anuman ang magpapalakas dito ay isang kanlungan ng kapayapaan. Harapin ang mga pangyayari sa buhay nang may katapangan at katatagan. Ipinakita sa akin ng Diyos na ang buhay na ito ay isang kosmikong panaginip. Kapag nagising ang ating espirituwal na kamalayan, naaalala natin ang mga karanasan sa

buhay bilang isang panandaliang panaginip ng kagalakan at kalungkutan, at napagtatanto natin na tayo ay imortal sa Diyos

Sinabi ng matalinong si Paramahansa sa isa sa kanyang mga disipulo:

Palawakin ang mga hangganan ng iyong kaharian ng pag-ibig upang unti-unting maisama ang iyong pamilya, ang iyong mga kapitbahay, ang iyong komunidad, ang iyong bansa, lahat ng bansa, at lahat ng nabubuhay na nilalang. Maging isang pangkalahatang kaibigan na ang puso ay umaapaw sa habag at kabaitan sa mga nilalang ng Diyos, at magpalaganap ng pagmamahal sa lahat ng dako.

Ang tagasuri ng mga puso ay walang ibang hinahangad sa atin kundi ang ating mga puso lamang

Ang Diyos ay hindi dapat hanapin para sa pansariling pakinabang, kundi dahil sa pananabik sa Kanya, pagnanais para sa Kanya, at pagsusumamo sa Kanya nang may dalisay, matibay, at nakatuong pagmamahal.

Kapag ang pagmamahal ng isang tao sa Diyos ay katumbas ng kanilang pagmamahal sa kanilang mortal na pisikal na katawan, saka sila lalapit sa Diyos.

Ang hindi nakahuli ng perlas sa isa o dalawang pagsisid ay hindi dapat sisihin ang dagat, kundi ang kanyang paraan ng pagsisid at ang kanyang kakulangan sa lalim.

Sinumang sumisid nang malalim sa dagat ng kamalayan ay makakatagpo ng perlas ng banal na presensya

Ang kapayapaan ay ang makalangit na inumin na ibinubuhos mula sa mga pitsel ng katahimikan

Sa likod ng mga ulap ng panandaliang pagkabigo at pagkabigo, ang mga sinag ng mga tagumpay ay laging nagniningning

Ang kaligayahan, tagumpay, at kapayapaan ng isip ay nagmumula sa pagsisikap na magkasundo sa pamamagitan ng pagmumuni-muni at pagsusumamo sa kalooban ng Diyos, na siyang puwersang humahabi sa tela ng buhay na naaayon sa mga puwersang kosmiko.

Ang dapat na motibasyon sa buhay ay ang paggawa ng mabubuting gawa at pagpapalaganap ng aura ng pagmamahal at kapayapaan.

Ang iyong kalikasan ay walang hanggan, kaya huwag mong pasanin ang iyong sarili ng mga materyal na limitasyon at makamundong limitasyon. Gawing optimismo ang bawat panghihinayang sa mga napalampas na pagkakataon para sa mga bagong tagumpay na magdudulot sa iyo ng kasiyahan at kagalakan.

Pasimplehin ang iyong buhay upang magkaroon ka ng sapat na oras upang tamasahin ang maliliit na kasiyahan ng buhay

Sa bawat atomo ng kamangha-mangha at kahanga-hangang sansinukob na ito, ang Diyos ay gumagawa ng mga himala nang walang humpay

Ang Diyos ang liwanag na patuloy na nagtataboy sa kadiliman ng kamangmangan. Siya ang ilog ng

buhay na nagpapalusog sa lupa ng ating mga kaluluwa.

Ang maayos na pag-iisip ay nagbubunga ng pagkakaisa at pagkakasundo sa mundong ito na tila puno ng lahat ng uri ng disonansa at alitan.

Ang udyok na magsagawa ng marangal at magagandang gawa sa loob ng ating kakayahan ang siyang malikhaing puwersa sa likod ng bawat kapakinabang na tagumpay. Nagsusumikap tayo para sa pagiging perpekto dahil ang ating mga kaluluwa ay naghahangad na makipag-ugnayan muli sa kanilang espirituwal na kalikasan at mahalagang pagkakaisa sa kanilang banal na pinagmulan.

Nandito tayo ngayon at bukas ay aalis tayo, mga anino lamang sa isang kosmikong panaginip. Ngunit sa likod ng di-katotohanan ng mga panandaliang imaheng ito ay nakasalalay ang walang hanggang katotohanan ng kaluluwa.

Ayaw ng matatalinong tao na bigyan mo sila ng pagsunod, ngunit kung kusang-loob kang tatanggapin ang kanilang patnubay, tiyak na sasabihin nila sa iyo ang katotohanan at kung ano ang pinakamabuti para sa iyo, nang may lubos na katapatan at walang kinikilingan.

Maging isang buhay na puno na tutubo at maglalabas ng mga bagong puno at sanga. Ang mga may matatag na puso ay nagsasabi:

"May mga sinag ng araw sa ating buhay, at mayroon tayong mga pagkakataong magtrabaho at

magpakawala ng mga pag-asa at mga sangay ng mga tagumpay"

Walang hihigit pa sa katapatan at sinseridad sa pakikitungo sa iba

Gawin ang iyong makakaya, pagkatapos ay magpahinga at magrelaks at hayaan ang mga bagay na mangyari sa kanilang natural na takbo sa halip na subukang baguhin ang mga ito nang sapilitan

Sinabi ni Guro Paramahansa, habang pinapalakas ang loob ng isa sa kanyang mga disipulo:

Kung ang iyong mga panalangin ay makakarating sa Diyos, hindi mahalaga kung ang iyong mga kasalanan ay mas malalim pa sa karagatan ng kadiliman at mas mataas pa sa Himalayas; patatawarin sila ng Diyos at buburahin ang mga ito na parang hindi nangyari, hangga't determinado kang huwag nang ulitin ang mga ito. Maaari kang lumubog nang ilang panahon sa ilalim ng mga patong ng kadiliman, ngunit ikaw ay isang kislap ng banal na apoy—isang apoy mula sa walang hanggang, walang hanggang tanglaw na hindi kumukupas o namamatay. Maaari mong takpan ang apoy, ngunit hindi mo ito mapapatay.

Ang palagian, mahinahon, at matibay na paggamit ng kalooban ng isang tao ay magpapakilos sa mga puwersang kosmiko at magdudulot ng tugon mula sa Panginoon ng mga Sansinukob.

Maraming tao ang hindi naniniwala na kailangang suriin ang katangian ng pag-ibig. Binibigyang-kahulugan nila ito bilang ang nararamdaman nila para

sa kanilang mga kamag-anak, kaibigan, at iba pa na kanilang nararamdaman ang matinding pagkahumaling. Ngunit ang pag-ibig ay higit pa riyan. Ang tanging paraan ko para mailarawan ang tunay na pag-ibig sa iyo ay sa pamamagitan ng paglalarawan ng epekto nito sa kaluluwa. Ang pakiramdam kahit isang maliit na kislap ng banal na pag-ibig ay pumupuno sa isang tao ng labis na kagalakan na mahirap itong pigilan. Ang kasiyahang dulot ng pag-ibig ay wala sa mismong pakiramdam ng pag-ibig, kundi sa kagalakang dulot nito. Ang tunay na pag-ibig ay nagbibigay sa atin ng kaligayahang hindi mailarawan.

Ang puwersa ng buhay ng katawan ay dapat mapanatili sa pamamagitan ng balanseng diyeta, optimismo, at pagngiti. Ang mga nakakatagpo ng kagalakan sa kanilang sarili ay natutuklasan na ang kanilang mga katawan ay sinisingil ng isang kuryenteng nagmumula sa enerhiya ng buhay, na malapit na konektado sa banal na kalooban at sa pangkalahatang pag-iisip. Ang pagngiti ay lubhang kapaki-pakinabang sa kalusugan. Nakakaakit ito ng mga positibong vibration, nagbubukas ng mga abotanaw ng optimismo, at nagdudulot ng panloob na kapayapaan at sikolohikal na ginhawa.

Nakalimutan na ng buong mundo ang tunay na kahulugan ng salitang "pag-ibig," at nakalulungkot na ito ay hindi naunawaan at nagamit nang tama. Tulad ng langis na matatagpuan sa bawat bahagi ng olibo, gayundin ang pag-ibig ay tumatagos sa buong sangnilikha. Ngunit ang pagbibigay-kahulugan sa pag-ibig ay lubhang mahirap, katulad ng pagsubok na ilarawan ang lasa at lasa ng isang dalandan.

Kailangan mong tikman ang isang dalandan upang tunay na maunawaan ang lasa nito, at gayundin sa pag-ibig.

Lahat ay nakaranas ng pag-ibig sa iba't ibang anyo sa loob ng kanilang puso, at samakatuwid ay may kaunting pag-unawa sa kalikasan nito, ngunit hindi nila alam kung paano ito linangin, dalisayin, at palawakin tungo sa banal na pag-ibig. Ang isang kislap ng banal na pag-ibig ay umiiral sa karamihan ng mga puso mula pa sa murang edad, ngunit madalas itong nawawala dahil hindi alam ng mga tao kung paano ito pangalagaan at paunlarin.

Ang buhay ay isang paaralan ng mga karanasan, at lahat ng ito ay nakaturo sa iisang direksyon: Diyos

Ang nagbabagong mga eksena ng buhay ay nagtatakip sa totoong buhay. Sa likod ng mga gumagalaw na imahe ng mga di-totoong nakikitang bagay ay naroon ang tunay na kosmikong buhay na nakatago mula sa paningin.

Ang mga problema at kahirapan ay nagmumula sa kawalan ng kamalayan ng isang tao sa kanilang mga nakaraang kilos, na nagawa sa isang partikular na oras at lugar. Ang kanilang kasalukuyang pagdurusa ay nagmumula sa mga kaisipan at gawa na kanilang binigkas, na nag-ugat sa lupa ng kanilang kamalayan, sumibol at naging isang halaman at namumunga na sumasalamin sa mismong mga katangian ng mga kaisipan at kilos na iyon.

Ang mga pagsubok at paghihirap ay hindi dumarating upang sumira at paralisado ang isang tao, bagkus ay upang tulungan siyang pahalagahan ang Diyos ayon sa nararapat na pagpapahalaga sa kanya

at igalang ang Kanyang mga batas upang makamit niya ang tunay na kaligayahan.

Sinabi ng gurong si Paramahansa sa isang grupo ng mga disipulo:

Magsanay sa sining ng pamumuhay sa mundong ito nang hindi nawawala ang iyong panloob na kapayapaan, at tahakin ang landas ng balanse upang maabot ang kamangha-mangha at kahanga-hangang hardin ng kaalaman sa sarili.

Sa pagpapakumbaba, matatagpuan natin ang isang lambak ng mga pangarap na puno ng mababango at namumulaklak na mga bulaklak ng kaalaman sa sarili.

Walang hanggan ang kagandahan ng Diyos. Masarap tamasahin ang mga rosas at bulaklak, ngunit higit pa sa pagtamasa sa kanilang kagandahan ang makita ang mukha ng Diyos sa likod ng kanilang kadalisayan at kagandahan. Ang kasiyahang nagmumula sa musika, ang pagmamahal sa musika mismo, ay hindi maihahambing sa malikhaing tinig ng Diyos na dumadaloy sa mga himig nito.

Ang mga kaluluwang mapagmahal sa kapayapaan ay nagtitipon ng mga tubig ng karunungan na dumadaloy mula sa mga bukal ng tao at banal

Panginoon, alam kong nakikinig Ka sa mga tahimik na salita ng aking kaluluwa at sa mga pagsusumamo ng aking puso sa Iyo.

Sikapin nating laging pagandahin ang ating buhay sa lahat ng paraan sa pamamagitan ng pagyakap sa pagmamahal, katapatan, at sinseridad, at sa

pamamagitan ng pagtingin araw-araw sa salamin ng pagninilay-nilay at paggalugad sa kaibuturan ng kaluluwa.

Ang kamangmangan [sa mga nakakainis na gawi] ay parang pangangati o pagkamot. Habang mas nagpapadaig ka sa pagnanasa ng balat na kumamot upang mawala ang nakakainis na pakiramdam, mas tumitindi ang pagnanasang kumamot, at habang mas binabalewala mo ang pakiramdam na iyon at hindi nagpapadaig dito, mas nababawasan ang iyong abala.

Hindi dapat labagin ang mga karapatan ng iba, ni pagkaitan sila ng kanilang lupain, kapayapaan, pag-ibig, dignidad, o alinman sa kanilang materyal o hindi mahahawakang mga ari-arian. Kung hindi mo nararamdaman ang pagnanais na kunin ang hindi sa iyo, ang iyong kailangan o ninanais ang darating sa iyo. Ang pagnanakaw ay unang nagmumula sa isip kapag ang isang tao ay nagsimulang mainggit sa iba. Ang mga buto ng malisyosong pagnanasa ay dapat bunutin mula sa isip.

Sa pagsikat ng mga espirituwal na pananabik, pinipili ng tao ang pait ng karunungan upang hubugin nang maganda ang kanyang buhay

Kapag tinitingnan natin ang lahat ng maganda sa kalikasan, nararanasan natin ang isang pakiramdam ng lambing at habag sa loob natin.

Anumang mahalagang hakbang sa buhay ay nararapat na pag-isipang mabuti at mahaba, at suriin sa apoy ng pang-araw-araw na karanasan sa ilalim ng iba't ibang mga pangyayari.

Ang mga taong sapat na sa sarili ang siyang namumuhay nang matuwid. Ang kaligayahan ay nagmumula lamang sa dalisay na pag-iisip at matuwid na kilos. Kung masaya ka ngayon, magiging masaya ka sa hinaharap, dito man o sa kabilang buhay. Dapat tayong mag-ipon ng magandang kapalaran sa pamamagitan ng pagtitipon ng mga bunga ng karunungan habang sumisikat ang araw ng pagkakataon. Sa madaling salita, dapat nating samantalahin ang mga pagkakataon bago pa mahuli ang lahat.

Lakarin ang mga landas ng buhay nang may katatagan at kahinahunan, batid na ang walang hanggang kapangyarihang malikhain ay kasama mo, kasama at sinusupportahan ka

Ang bawat tao'y nangangailangan ng panahon ng pag-iisa at pahinga upang makayanan ang tumitinding presyur sa buhay, at dapat igalang ng mga indibidwal ang kalayaan ng bawat isa.

Sa likod ng bawat anino ng buhay ay naroon ang mas dakilang liwanag ng Diyos

Kumapit nang mahigpit sa timon ng pananampalataya at huwag matakot sa mga hindi kanais-nais na panlabas na pangyayari na bumabagabag sa barko ng iyong buhay. Magtiwala na ang mga "imposibilidad" na inaasam mong makamit ay makakamit mo sa tulong ng Diyos, sa pamamagitan ng lakas ng pananampalatayang nakakayanan ang lahat ng hamon.

**Kapag nakakamit mo ang pagkakasundo sa sarili,
saka ka makakasundo ng lahat**

**Ang mundong ito ay hindi natin tahanan; ang
ating tahanan ay nasa kabilang panig, sa kosmikong
kamalayan ng Diyos**

**Mayroon pa bang mas kapanapanabik kaysa sa
pamumuhay nang mabunga at puno ng pagkakaisa,
pagmamahal, at pagbibigay?**

**Langhapin ang sariwang hangin ng mahahalagang
ideya ng ibang tao at makinabang mula sa kanilang
maliwanag at positibong pananaw**

**Umaapaw sa tuwa ang puso ko kapag nakakakita
ako ng iilang tapat na deboto na nananabik sa pag-
ibig ng Diyos. Naparito tayo sa mundong ito upang
umani lamang ng bunga ng pagmamahal sa Diyos at
paglilingkod sa Kanya nang tapat at
mapagkumbabang-loob.**

**Mabuhay lamang sa kasalukuyan, hindi sa
hinaharap. Gawin ang iyong makakaya ngayon at
huwag umasa sa bukas.**

**Sa yungib ng panloob na katahimikan ay
matatagpuan mo ang bukal ng karunungan**

**Sa noo, sa pagitan ng mga kilay, matatagpuan
ang pasukan patungo sa langit. Ang sentrong ito sa
utak [ang lokasyon ng espirituwal na mata o
espirituwal na kamalayan] ay ang aksis ng kalooban.
Kapag itinuon mo ang iyong kapangyarihang
pangkaisipan sa sentrong ito at dahan-dahang iginiit**

ang iyong kalooban, makakamit ang iyong ninanais (Madalas nating napapansin na ang isang taong sinusubukang alalahanin ang isang bagay ay hindi namamalayang naaapektuhan ang puntong ito sa kanilang noo)

Samakatuwid, hindi dapat gamitin ng isang tao ang kanyang kalooban para sa masasamang layunin. Ang sadyang pananakit sa iba ay isang malaking maling paggamit ng mga kapangyarihang ipinagkaloob sa atin ng Diyos. Kung nalaman mong inililigaw ka ng iyong kalooban, huminto ka, dahil ang pagpapatuloy sa direksyong iyon ay hindi lamang pag-aaksaya ng espirituwal na enerhiya, kundi magiging sanhi rin ito ng pagkawala ng kapangyarihang iyon, na magiging dahilan upang hindi mo ito magamit kahit para sa kabutihan.

Tayong mga tao ay pinagkalooban ng kakayahang magpigil sa sarili. Bagama't hindi tayo lubos na malaya, hawak natin ang susi sa kalayaan. Gayunpaman, marami ang namumuhay nang walang pakundangan, na hindi ginagamit ang kanilang bigay-Diyos na katalinuhan at malayang pagpapasya upang makamit ang pagkontrol sa sarili.

Ang tigre ay pinamamahalaan ng likas na hilig na pumatay at walang pagpipilian sa bagay na ito. Ngunit ang mga tao ay nagtataglay ng malayang pagpapasya at katalinuhan, na nagbibigay-daan sa kanila upang patuloy na mapabuti ang kanilang sitwasyon at itaas ang kanilang mga pamantayan sa halip na manatiling bilanggo ng mga mapaminsalang likas na hilig at gawi.

Minsan, naglalakbay ako sakay ng tren at napakainit ng panahon, at ang hangin ay parang

nagmumula sa isang pugon. Lahat ng tao sa paligid ko ay nagdurusa sa matinding init, ngunit sa loob-loob ko ay nakangiti ako dahil hiwalay ang aking isipan sa ideya ng init, dahil nakumbinsi ko ang aking sarili na ang parehong kuryente na lumilikha ng init sa pugon ay lumilikha rin ng yelo sa refrigerator at sa sandaling iyon ay naramdaman kong parang may isang patong ng yelo na bumabalot sa aking katawan.

Kapag nagpapadala ako ng mga alon ng aking pagmamahal at mabubuting hangarin sa iba, binubuksan ko ang isang pasukan para sa banal na pag-ibig na dumating sa akin.

Sikaping alisin ang mga nakakainis na bagay sa iyong buhay, o tiisin ang mga ito kung kinakailangan, nang hindi hinahayaang guluhin ka nito sa sikolohikal na paraan.

Kung ang isang tao ay maaaring maging malinis, hindi na niya kailangang manatiling marumi

Maaaring ang isa ay kasing-nakakabit sa paninirahan sa isang maliit na bahay gaya ng paninirahan sa isang palasyo

Ang pinakamahalagang salik sa pagkamit ng espirituwal na tagumpay ay ang pagsisikap

Hinahanap ng mga makamundo ang mga kaloob ng Diyos, ngunit hinahanap ng matatalino ang Tagapagbigay mismo

Sa gabi, tuluyan akong lumalayo sa mga hinihingi ng mundo at lubos na nalalayo rito, sa pamamagitan lamang ng aking kalooban ay ginagabayan ko ang aking mga iniisip, itinuturo ang mga ito sa mga nais na landas hanggang sa makarating ako sa tamang

desisyon at kung paano ito ipatupad. Pagkatapos, hinihikayat ko ang aking kalooban na gawin ang naaangkop na aksyon, at sa tulong ng Diyos, nakakamit ko ang tagumpay. Sa ganitong paraan, maraming beses ko nang ginamit nang epektibo ang aking kalooban, ngunit posible lamang ito sa pamamagitan ng palagian at patuloy na paggamit nito.

Ang imahe ng mga bundok na ipininta sa asul na abot-tanaw, ang kamangha-manghang mekanismo ng katawan ng tao, ang mga rosas at ang berdeng karpeta na seda, ang kadakilaan ng mga kaluluwa, ang kadakilaan ng mga isipan, at ang lalim ng pag-ibig, lahat ng ito ay nagpapaalala sa atin ng magandang Diyos at ang pinagmumulan ng lahat ng kadakilaan at kamahalan.

Maliban kung ang isang tao ay magsikap na paunlarin ang kanilang kalikasan sa isang balanseng paraan—sa mental, materyal, at espirituwal—hindi nila matitikman ang tunay na kaligayahan. Ang espirituwal na pananaw ay nagbibigay-inspirasyon sa atin tungo sa karunungan, at hindi matalino na hayaan ang ego na mangibabaw sa karunungan, mahusay na paghatol, at pag-unawa; sa halip, ang pangwakas na desisyon ay dapat nakasalalay sa pananaw at konsensya.

Kung pupunuin mo ang iyong puso ng pagmamahal at pananabik para sa isang ideya tungkol sa Diyos at itatago ito nang malalim sa iyong kalooban, ang Panginoon ng Sansinukob ay lalapit sa iyo at tatanggapin ang ideyang iyon mula sa iyo dahil ang banal na pananabik ay humihipo sa puso ng Diyos.

Kapag panatag ka sa Diyos, masisiyahan ka sa lahat ng bagay nang walang pagkahumaling. Kaya naman, napakahalagang sikaping kilalanin ang Diyos, kung hindi ay maaaring mabigo ka sa buhay at masira ang iyong mga pag-asa sa isang kakila-kilabot na paraan.

Lilipas din ang ating panahon, at ang nakikita natin ngayon ay maglalaho at maglalaho balang araw. Mabuti ang pagbabago basta't hindi mo ito hahayaang makapinsala sa iyo, at kapag ito ay masakit, nagsisilbi itong babala upang bitawan ang mga pagnanasang magdudulot sa iyo ng paghihirap kung hindi mo ito matutupad.

Ang lahat ng bagay sa sansinukob ay magkakaugnay at malapit na magkakaugnay. Sa pamamagitan ng wastong paggamit ng talino ng tao na ipinagkaloob sa atin ng Diyos, nauunawaan natin na ang lahat ng buhay ay konektado sa Kataas-taasang Kaisipan.

Ang buong pisikal na nilikha na nakabibighani sa isipan ng tao ay nagbibigay lamang ng mga kapanapanabik na pahiwatig ng mga kamanghamanghang kababalaghan ng sansinukob.

Walang gawain ang dapat gawin nang may nalilito at nababagabag na isip, na parang balahibo sa hangin. Sa halip, lahat ng tungkulin ay dapat isagawa nang may panloob at panlabas na kapayapaan, nang may katahimikan at pagpipigil sa sarili, nang may katalinuhan at matinding konsentrasyon.

Kung maglalaan ka ng ilang oras bawat araw sa malalim na pagmumuni-muni sa Diyos at pagsusumamo sa Kanya, makakatanggap ka ng malaking ginhawa at tunay na kaligayahan bilang kapalit.

Araw-araw ay dapat maging araw ng pasasalamat para sa mga regalo ng buhay: sikat ng araw, tubig, masasarap na prutas at gulay, na mga di-tuwirang regalo mula sa pinakadakilang tagapagbigay: ang Diyos.

Ako'y hari ng aking sarili, hindi hari ng mga ari-arian. Wala akong pag-aari, ngunit pinamumunuan ko ang kaharian ng aking kapayapaan, at ako'y kinoronahan sa trono ng walang hanggang kasiyahan.

Kapag kalmado ka, nararamdaman mo ang isang mundo ng kaligayahan na pumipintig sa loob mo

Walang kabuluhan ang pag-ibig ng tao maliban kung ito ay nakaugat sa walang kundisyong pag-ibig ng Diyos. Ang isang binata at babae ay maaaring umibig, ngunit pagkaraan ng ilang panahon, ito ay mapapalitan ng alitan at poot. Ang pagkahumaling ng tao ay hindi perpekto, habang ang banal na pag-ibig ay perpekto at walang hanggan.

Ang tanging paraan upang maranasan ang banal na pag-ibig ay ang gawin ang lahat upang mapalugdan ang Diyos at matutuklasan mo na ang Diyos ay lumalapit sa iyo sa mga paraang hindi mo inaasahan, at ang Kanyang kagalakan ay mag-aalab sa iyo at ang Kanyang liwanag ay sisikat sa iyo.

Ang aking hangarin ay magtayo ng mga templo para sa Diyos sa kaluluwa ng mga tao at makita ang Kanyang pinagpalang ngiti na sumisikat sa kanilang mga mukha. Ang pinakadakilang tagumpay sa buhay ay ang pag-aalay ng isang tao ng isang templo para sa Diyos sa kanilang kaluluwa, at ito ay madaling makakamit.

Maraming tao ang lumalapit sa akin upang pag-usapan ang kanilang mga alalahanin, at hinihiling ko sa kanila na kumalma, magnilay-nilay, at huwag nang mag-isip ng ibang solusyon hangga't hindi nila nararamdaman ang kapayapaan at espirituwal na katahimikan. Kapag kalmado ang isip at malakas ang pananampalataya sa Diyos, tiyak na lilitaw ang mga solusyon sa mga problema. Ang hindi pagpansin sa mga problema ay hindi garantiya ng kanilang pagkawala, ni ang pag-aalala tungkol sa mga ito ay nagbubunga ng positibong resulta. Magnilay-nilay hanggang sa maging kalmado ka, pagkatapos ay isipin ang iyong problema at taimtim na manalangin sa Diyos para sa Kanyang tulong. Ituon ang pansin sa problema, at makakahanap ka ng solusyon nang walang pag-aalala o matinding pagsisikap.

O Panginoon, patugtugin Mo po ang Iyong walang hanggang mga himig sa plauta ng aking buhay, upang ako'y pagpalain ng mga bibrasyon ng Iyong mga banal na himig.

Napakahalagang kontrolin ang emosyon para sa kaligayahan at kapayapaan ng isip. Sa gayon, walang sinuman ang makakainis sa iyo o makakapukaw ng inggit sa iyo, at mananatili kang matatag at mayabang sa kaibuturan mo, at walang sinuman ang

makakahamon sa iyo o makakagambala sa iyong kapayapaan.

Ang pagpapakumbaba ang pinakatiyak na paraan upang matanggap ang ulan ng banal na awa

Minsan iniisip ng mga tao na ang Diyos ay malayo sa kanila, sa isang malayong lugar sa sansinukob, at samakatuwid ay hindi nila Siya tinatawagan. Ngunit Siya ay mas malapit kaysa sa malapit at mas mahal kaysa sa isang minamahal ng mga nag-iisip sa Kanya at itinuturing Siyang malapit sa kanila.

espirituwal



Dapat gisingin ang kaluluwa

Mula sa pagkakatulog ng kahinaan at mga gapos ng
pagkabigo

At ang paglabas nito sa kaharian ng karunungan,
liwanag, at kapayapaan

Mayroong ilang mga paraan upang gawin ito

Kabilang sa mga ito ay ang pagpipigil sa sarili

Wastong nutrisyon

Katapangan at katatagan sa mga prinsipyo

Isang matatag na sikolohikal na estado

At katapangan sa pagharap sa mga hamon

At upang mapawi ang kamalayan mula sa mga pang-
abala ng pandama

Pagtutuon sa isip sa mga positibong bagay

Tumanggi siyang magpatalo sa mga pakikibaka ng
buhay

Dahil ang pagtanggap sa pagkatalo ay nagpapahina sa
determinasyon

Pag-activate ng walang limitasyong espirituwal na
kapangyarihan

Na ipinagkaloob ng Lumikha sa sangkatauhan

At pagninilay-nilay sa Diyos hanggang sa mahawakan
ang Kanyang presensya

Ang pinakatumpak na mga tagapagpahiwatig ng
pagkakaroon ng Diyos

Ito ang kagalakang lumalago habang pinagninilayan ito

Kapag malaya ang isip

Mula sa pagtatangi, pagkiling, at kawalang-katarungan

At kapag ang makitid na pag-iisip ay naglaho

Kapag tayo ay nakikiramay sa iba

Nadarama namin na ang mga bahay-sambahan, sa
lahat ng kanilang pagkakaiba-iba

Sila ang mga bahay ng Diyos

Kapag napagtanto natin na ang buhay ay isang
pakikibaka at isang tungkuling dapat gampanan

At kasabay nito, isang panandaliang panaginip

Kapag iniisip natin ang Diyos nang may pagmamahal

Nagtatrabaho tayo para mapasaya ang iba

Sa pamamagitan ng mabubuting salita at walang pag-
iimbot na paglilingkod

Saka natin matatanto na ang Diyos ay kasama natin

At malapit kaming nakikipag-ugnayan sa kanya

Kosmikong Rutina: Sa Pagitan ng Kapangyarihan at
Katalinuhan

Hindi namamalayan ng ilang tao

May pagkakaiba ang lakas at katalinuhan

Ang kuryente ay kapangyarihan

Ngunit maliban kung ito ay ilagay sa isang lampara

Hindi nito ibibigay ang liwanag na magagamit natin

Ito ay katalinuhan na naglalagay ng kuryente sa

bombilya

Hindi lahat ng puwersa ng kalikasan ay kayang

Upang gumana nang kasiya-siya nang mag-isa

Nang walang katalinuhan na gagabay at magkoordinata

sa kanila

Kaya nakikita natin na ang pabrika ng kosmikong

katalinuhan

Gumagana ito sa isang koordinadong paraan

Ang singaw ay may kapangyarihang magpagalaw ng

mga bagay

Ginagawang singaw ng apoy ang tubig

Dalawang puwersa lamang ang mga ito

Mula sa mga puwersa ng kalikasan
Ngunit sa kanilang natural at hindi pa nagagalaw na estado
Wala silang naidudulot na anumang makabuluhang benepisyo

Ngunit kapag ginamit ang mga ito nang matalino
At gabayan sila nang tama
Malaking serbisyo ang ibinibigay nila sa sangkatauhan
Mula rito ay mahihinuha natin
na ang Daigdig at ang buong sansinukob
Sumasailalim sila sa isang mahigpit na rutina
Na siyang nagbibigay-daan sa buhay ng tao
Ang kosmikong rutinang ito
"O "ang ritmo ng mga bagay na selestiyal
Ito ay bunga ng isang kataas-taasang banal na pag-iisip
Hindi iiral ang sansinukob kung wala Siya
At ang limitadong pag-iisip ng tao ay walang kapangyarihan

Upang malaman ang mga sikreto at misteryo nito
Panawagan

O Banal na Liwanag
!Ang mga atomo ng materya na tumatagos
Ikaw ay nakatago at hindi nakikita
Hindi ka kayang maramdaman ng mga pandama
Kahit sa sikat ng araw
mainit na ginintuang

O sa malamig na pilak na mga lubid ng buwan
Ang mga lamparang selestiyal ay nagpapakita ng kalikasan

Pero hindi nito ipinapakita sa iyo
Ang nakikitang mundo ng materya
Dahil sa matinding liwanag
Kadiliman na lang ang nakikita ko sa mga mata ko
Sanayin ang aking pang-unawa upang madama ang
iyong nakatagong karilagan

Mahayag sa lahat ng nilikha
Sa rehiyon ng tserebral
Ang utak ng tao, kabilang ang
Mula sa topograpiya at mga tupi
Naglalaman ito ng mga daluyan ng arterya
At madilim na mga ilog ng mga daluyan ng dugo
Ito ay isang maliit na bersyon ng isang malaking bansa
?Marangyang lugar ba ito
?Wala bang banal na naninirahan
?Magkakaroon ba ng tula kung walang makata
?O isang relo na walang gumagawa
?O isang rosas na walang tagadiseno
Hindi, talagang hindi
Katulad nito, ang rehiyon ng utak
Nakatagong kagandahan
Ito ay nilikha sa pamamagitan ng mga paraan
Kamangha-mangha at pambihirang katalinuhan
Nagtataka ako kung sino ang nakatira sa kahanga-
hangang bulwagan na ito
Gamit ang mga pader nito na gawa sa
mga tisyu ng buto na nakadikit
At ang mga kamangha-manghang sangkap nito
?Alin ang hindi tinatanggap ang panggagaya
Dahil sa ilalim ng bungo ay mayroong isang lugar
Ito ay puno ng bilyun-bilyong selula
Masigla at matalino
At abala buong araw
Sa pamamagitan ng lubhang mahirap at masalimuot na
mga aktibidad
maliliit na partikulo ng utak
Gumagana ito nang walang tigil
May iba't ibang tungkulin
Paghahanda ng mga piging
Mga mikroskopikong pagsusuri
Pagtanggap sa mga papasok na bisita

Sa pamamagitan ng mga pinto ng mga pandama
Mayroong katulad ng pagbili at pagbenta
Mga patuloy na operasyon
Mula sa pagsipsip at pagpapatuyo
At parang maliliit na bangka
Gumagalaw ang mga selula ng dugo
Sa gitna ng mga daluyan ng dugo
Punong-puno ng mahahalagang gamit
Iba't ibang uri at uri
Inspirasyon ng Lumikha ng Kabaitan
Ang pagmamataas ay nagdudulot ng espirituwal na
pagkabulag

Dahil ito ay lumalabas mula sa kaluluwa
Pananaw ng malawak na kalawakan
Siya na nananahan sa mga dakilang kaluluwa
Nauunawaan ng mga dakilang tao
Ang kanilang mga kapangyarihan ay hiniram
Mula sa Diyos na Makapangyarihan
Siya na nagmamahal sa mapagpakumbaba
At pinalalawak Niya sila sa kaalaman, patnubay, at lakas
Kung ang tao man
matagumpay na negosyante
O isang matalinong pulitiko
O isang malupit na diktador
o isang dakilang repormador
Ang kanyang kapangyarihan ay walang anuman
Kung ikukumpara sa walang hanggang kapangyarihan
ng Diyos

Ang kapakumbabaan ay ang bukas na pinto
Kung saan nagmumula ang kasaganaan ng awa
Pagmamahal at katiyakan
Sa mga mabubuting kaluluwa
Mahilig sa kabutihan
At tumatanggap sa mga ilaw
At mga biyaya mula sa langit

Tulad ng hindi maaaring manatili ang kadiliman
Saanman sumisikat ang liwanag
Ganito dapat maglaho ang dilim ng karamdaman
Kapag ang liwanag ng Diyos ay sumisikat sa mga selula
ng katawan

Kaunti lang ang nakakaalam ng katotohanang ito
Kapag ang mga tao ay nakakaramdam ng matinding
pagnanais na gumaling

Nananalangin sila nang may pusong nababagabag
O may kasamang pakiramdam ng kawalan ng pag-asa
Iniisip na hindi pakikilingan ng Diyos ang kanilang mga
panalangin

O kaya'y nananalangin sila ngunit hindi naghihintay
Upang malaman nila kung ang kanilang mga panalangin
ay nakarating na sa Diyos

Tulad ng imposibleng makinig
Sa musikang ipinapalabas sa mga radyo
Paggamit ng sirang receiver
Kaya, hindi matutukoy ang mga panginginig ng boses
Kalusugan, lakas, at karunungan na nagmumula sa
Diyos

Dahil sa isang pag-iisip na hindi gumagana nang
maayos dahil sa takot at pag-aalala
Lahat ng uri ng pagkabalisa, pagdududa, at kawalan ng
katiyakan

Alalahanin ka namin at magpasalamat, Panginoon
Sa kahirapan at kasaganaan
Sa pagkakasakit at paggaling
Sa dilim at liwanag
Sa lahat ng pagkakataon
Alalahanin natin nang may pasasalamat ang mga araw
ng kagalingan

Na ipinagkaloob mo sa amin
Tulungan mo kaming buksan ang mga mata ng
pananampalataya

Hayaan mong makita namin ang iyong pinagpalang

liwanag

Ang Tagapagpagaling ng lahat ng sakit at karamdaman

Muli nilang mararanasan ang panloob na kagalakan

Ang batas ng galaw ay batay sa batas ng sanhi at

bunga, o kilos at reaksiyon

Ang taong ipinanganak na mabuti sa buhay na ito ay

gayon din sa nakaraang pagkakatawang-tao {dahil sa mga

inialay ng kanilang mga kamay} At kung magsisikap silang

gumawa ng mabuti, ang timbangan ng kabutihan ay lalong

tataas pabor sa kanila - "Sa kaniya na mayroon, ay bibigyan

"pa, at siya'y magkakaroon ng kasaganaan

Ang mga nagtataglay lamang ng ilang mabubuting

katangian ay maaaring mawala kahit ang maliit na iyon,

sapagkat "ang wala ay kukunin sa kanila," dahil sa

makapangyarihang masasamang hilig na umaatake at

.nananaig sa kanila

Ang isang taong may hilig sa kasamaan ay dapat na

nagtataglay ng masamang tendensiyang iyon sa nakaraang

buhay, at ang masasamang tendensiyang ito ay maaaring

magpatindi at kumontrol sa mga ito. Ang mga may

tendensiya sa paggawa ng mali ay ganoon din noon, at kung

ang kabutihan ay mas matimbang kaysa sa kasamaan, ang

mga mabuting katangian ay magtataboy sa mga tendensiya

.sa paggawa ng mali mula sa kanilang mga kaluluwa

Ito ang natural na paggana ng batas ng sanhi at bunga

(karma). Gayunpaman, hindi dapat makaramdam ng

kawalan ng kakayahan at pagkakulong ang isang tao kung

sakaling mayroon siyang mga hindi kanais-nais na gawi na

nais niyang alisin. Ngayon na ang tamang panahon upang

madaig ang mga gawi na iyon sa pamamagitan ng paglinang

.ng nakaraang determinasyon at matinong pag-iisip

Maaaring palayain ng isang tao ang kanilang sarili mula

sa pagkakahawak ng masasamang gawi at lumikha ng

mabubuting gawi sa isip at gawa, na magdadala sa kanila ng
.ninana sa mga resulta

Gaano man kalalim ang nakatanim na masasamang
gawi sa isang tao, dapat nilang tandaan na sila mismo ang
lumikha ng mga gawi na iyon sa pamamagitan ng pag-uulit
ng mga partikular na kaisipan at kilos, at maaari nilang
palitan ang mga masasamang gawi na iyon ng mabubuti sa
.pamamagitan ng positibo at nakabubuo na pag-iisip

Ang mabuti at masamang kaisipan ay magkasalungat
na estado ng kamalayan ng tao. Natural lang, mas mainam
na magkaroon ng magagandang panaginip kaysa sa
dumanas ng nakakatakot na bangungot. Ang kamalayan ay
nababaluktot at sensitibo; maaari nitong ipalagay ang
estadong nais nito o managinip ng mga panaginip na
.nakakaakit dito

Ngunit ang problema sa mga tao ay hinahayaan nila ang
kanilang larangan ng kamalayan—sa kanilang sariling
malayang pagpapasya at pagpili—na pamahalaan ng mga
lihis na tendensiya at maling oryentasyong bunga ng mga
nakaraang gawi. Kaya, ang kanilang mga kapangyarihan sa
pag-unawa ay nananatiling takas at naaanod, gayundin ang
metapisikal na pangangalaga na nakaugat sa likod ng mga
.kuta ng pag-unawa at persepsyon

Kapag ang mga nalasing sa mga nakapipinsalang gawi
ay nakatikim ng mapait na kirot ng isang hindi natural na
buhay, babaling sila sa liwanag ng pag-unawa at matuwid na
pamumuhay sa paghahanap ng kaligtasan, gaano man
.kalalim at nakaugat ang kanilang masasamang gawi

Pagkatapos, kung magsisikap silang bumuo at mag-

aruga ng mabubuting gawi sa pamamagitan ng
pagsasagawa ng maayos na pamumuhay, matutuklasan
nilang muli ang panloob na kagalakan at masisiyahan sa
kapayapaan bilang natural na resulta ng pagpipigil sa sarili
.at paglinang ng mabubuting gawi

Tunay na pagkakaibigan
Ang positibong paraan ng palitan
emosyonal na pakikipag-ugnayan
Nangangahulugan ito ng pagpapagaan ng loob ng mga
kaibigan

Sa mga panahon ng kagipitan
At nakikiramay sa kanila
Sa kanilang mga kalungkutan at paghihirap
At nagpapayo sa kanila
Sa mga kritikal na sitwasyon
at tulong pinansyal

Sa mga oras ng tunay na pangangailangan
Kapag ang isang tao ay tapat sa kanyang sarili
at isang tapat na kaibigan sa iba
Magiging karapat-dapat siya

Upang matikman ang nektar ng banal na pagkakaibigan
Kapag nararamdaman ng iba ang ating pagmamahal
Ang pag-ibig na iyon ay lalawak upang maging pag-ibig
na sumasaklaw sa lahat

Ito'y dumadaloy sa bawat puso
Kasabay ng pinagpalang pulso ng buhay
Hindi maipapahayag ang mga damdaming pangkaibigan
Nangangahulugan ito ng pagbalewala sa batas ng
pagpapalawak ng sarili

Kung saan lumalawak ang mga pananaw sa kaluluwa
Upang mahawakan ang banal na presensya
Kapag nagtatag tayo ng tiwala
Sa puso ng iba na tumatanggap
At kaya nating palawakin ang mga hangganan ng ating
pag-ibig

Upang maisama ang mas malalaking bahagi ng
populasyon
Sa gayon ay mapalawak natin ang saklaw ng ating
kamalayan

At ang paglulunsad nito patungo sa hangganan ng
kosmikong kamalayan
Dalawang bagay na hinahangad ng lahat nang walang
pagbubukod

Magkakaiba ang mga tao sa panlabas na anyo sa
kanilang sikolohikal at emosyonal na kayarian, sa mga papel
na ginagampanan nila sa buhay, sa gawaing ginagawa nila,
at sa mga pagnanasang pumupukaw sa loob nila. Ngunit sa
likod ng lahat ng pagkakaibang ito ay may dalawang bagay
na hinahangad at nararamdaman pa nga ng lahat ng tao—
.nang walang pagbubukod—na kailangan nila

Ang dalawang bagay na ito ay kalayaan mula sa lahat
ng uri ng pagdurusa at kakapusan, at ang pagkamit ng
walang hanggang kaligayahan nang walang kondisyon; o
ganap na kasiyahan na kinabibilangan ng kapayapaan, pag-
.ibig, karunungan, at kagalakan

Hindi makakatagpo ng kapayapaan ang mga tao
hangga't hindi nila nakakamit ang kasiyahang inaasam ng
kanilang mga puso at pinagsisikapan nila sa lahat ng paraan
at pamamaraan. Ito ay isang mahalagang punto sa pag-
.unawa sa kalagayan ng tao

Sa kasamaang palad, ang mga tao ay naghahanap ng
kasiyahan sa mga maling lugar at nabigong matagpuan ito
Hinahanap nila ito sa mundo at sa mga makamundong
bagay sa mga ari-arian at mga panlabas na kalagayan, at sa
mga ugnayang hindi nakabatay sa matibay na pang-unawa
.at matibay na pundasyon

Dahil dito, imposible para sa isang tao na makamit ang
dalisay na kaligayahan mula sa anumang sitwasyon o mula
sa sinumang tao sa mundong ito, dahil sa mismong
.kalikasan ng paglikha

Ang paglikha ay batay sa prinsipyo ng dualidad.
Halimbawa, hindi ka maaaring magkaroon ng isang imahe sa
iisang kulay lamang; kailangan mo ng contrast o

pagkakaiba. Gayundin, imposibleng mawala ang mga
.dualidad sa mundong ito

Dahil sa mga pagnanasa ng tao, bawat isa sa atin ay
naghahangad lamang ng mabubuting bagay – kaaya-aya,
maganda, at positibong mga bagay – nang hindi
kinakailangang harapin ang pag-aaksaya, mga inis, at iba
.pang hindi kanais-nais na mga bagay. Ngunit imposible iyon

Sa mundong ito ng dualidad, walang kasiyahan kung
walang sakit, walang liwanag kung walang kadiliman, walang
mabuti kung walang kasamaan, walang buhay kung walang
kamatayan. Ang isang bahagi ng barya ay hindi makakamit
kung wala ang kabila. Ang inaasam-asam natin sa
kaibuturan natin ay hindi matatagpuan sa anumang
.maiaalok ng mundo

Nasa indibidwal ang pagpili. Ipagpapatuloy ba nila ang
paghahanap sa maling lugar at makakaranas ng sunod-
?sunod na pagkabigo

Ang mga tao ay naghahanap gamit ang kanilang buong
lakas at pagnanais, ngunit hindi nila mahanap ang kanilang
hinahanap, na humahantong sa pagkabigo at kawalan ng
pag-asa. Bukod dito, humahantong ito sa lumalaking sama
ng loob, na siya namang nauuwi sa matinding galit at sa huli
ay sa mga kilos ng karahasan. Samakatuwid, ang maling
paraan ng paghahanap ay hindi humahantong sa ninanais
.na kaligayahan

Hangad ng Kataas-taasang Lumikha para sa atin ang
isang ganap at perpektong kaligayahan na matatagpuan
lamang sa kaibuturan ng kaluluwa. Kaya naman, nilikha ng
Diyos ang sansinukob na ito sa paraang walang anumang
bagay dito ang makakapagbigay-kasiyahan sa puso ng tao
at makakatupad sa mga hangarin nito maliban kung ito ay
bumaling sa pinagmumulan ng kaligayahan, kaligayahan, at
.kasiyahan, na siya ring pinagmumulan nito
Tunay ngang ang kaharian ng langit ay nasa loob ng tao
Balanse sa timbangan

Ang balanse ay isang mithiin na pinagsasama ang mga
konsiderasyon

Materyal, sikolohikal, emosyonal, at ispiritwal
Sa isang maayos na pagkakaisa, ito ay praktikal sa
kalikasan

Pinasisigla nito ang malikhaing pag-iisip at hinihikayat
ang produktibong gawain

Bawat isa sa atin ay naghahangad ng malusog na
pangangatawan

Malusog at malaya sa lahat ng balakid at uri ng
kahinaan

Gusto rin nating maging alerto ang ating mga isipan
At ang ating mga emosyon at damdamin ay gumagana
para sa atin, hindi laban sa atin

Gusto naming makatulong ito sa pagpapabuti ng aming
relasyon sa mga nakapaligid sa amin

Magkasundo at kasiya-siya, tulad ng gusto nating
maging

Nakikipag-ugnayan sa espirituwal na bahagi ng ating
pagkatao

Maaaring maging mahirap ang mga panahon

Maraming mga presyon

Tumataas ang mga tensyon

Upang makamit ang balanse sa ganitong mga sitwasyon

Kailangan ang pamumuhunan ng enerhiya, oras, at
atensyon

Hindi nakakamit ang balanse sa pamamagitan ng pag-
iisip lamang

Bagkus, dapat itong makamit sa pamamagitan ng
aktwal na pagpapalano at seryosong pagsisikap

Maraming elemento sa ating buhay ang
nangangailangan ng balanse

Marami sa kanila ang tila hindi magkatugma

Halimbawa, responsibilidad sa pamilya

Pagkita ng ikabubuhay at pagpapanatili ng kalusugan

At pagsunod sa mga prinsipyong pampanitikan at moral
At pagharap sa napakaraming kinakailangang
impormasyon
Tungkulin sa lipunan
Bukod sa maraming iba pang mga pangako na
nangangailangan ng ating oras at lakas
Maikli lang ang oras para sa ating lahat
Pero kailangan nating pasimplehin ang ating buhay para
.mabawasan ang ating mga problema
Gaano karaming mahalagang oras ang nasasayang sa
?paghahanap ng mga materyal na bagay
Itinuturing namin itong pinakamahusay dahil ito ay bago
.at kailangang-kailangan
Ngunit ang obsesyon na ito ay may kapalit, na
ipinahayag ni Buddha sa pagsasabing
Sinumang gustong magkaroon ng mga baka ay dapat"
"alagaan ang mga ito
Kung susuriin natin ang ating mga buhay, matutuklasan
"natin na marami tayong pinapahalagahan na "mga manika
Na siyang ikinakumbinsi sa atin ng media at mga
patalastas
Mahalaga ito para sa ating kaginhawahan at
kaligayahan
Ironiko, ang tinatawag na mga inobasyon na nakakatipid
ng oras
Ninakawan ang modernong tao
Ang dati niyang kinagigiliwan pagdating sa libreng oras
Upang balansehin ang mga nagsasalungatang elemento
sa ating buhay
Kailangan natin ng isang matatag na punto ng
sanggurian
Hindi ito nagbabago sa panahon, lugar, o mga
pangyayari
Habang nagiging mas kumplikado ang buhay, mas
kailangan natin ng pag-unawa

Na ang tanging pundasyong maaaring panghawakan at
pagtibayin

Siya ang Diyos na Makapangyarihan sa lahat, ang
Siyang nasa likod ng buhay sa lahat ng mga penomena at
.manipestasyon nito

Ito ang lifeboat sa gitna ng magulong at magulong
dagat ng buhay

Isang ligtas na kanlungan mula sa mga dagok ng buhay
at masasakit na balakid

Nagtitiwala ang mga tao sa kanilang sarili

Higit pa sa kanilang tiwala sa Diyos

Bagama't alam nilang tiyak

Sa huli, sila

Hindi sila makahinga

O paglalakad o paggalaw

Kung wala ang nagtutulak at direktang kapangyarihan

ng Diyos

Nakaimbak sa utak, puso, at mga selula ng katawan

Dahil nasanay na silang umasa sa pagkain

hangin at sikat ng araw

Naniniwala sila na ang mga panlabas na elementong ito

Sinusuportahan niya sila at binibigyan sila ng buhay

Ngunit isang ilusyon ang mag-isip nang ganito

Dahil ang tao ay direktang umaasa sa iisang puwersa

Ang kapangyarihang iyan ay ang Diyos

Dahil ang Diyos ang Kataas-taasan at ang Dakila

At ang pinakamataas sa lahat ng umiiral

Nabalot ng takot ang mga tao sa kanya

Bagama't ito ay diwa ng pag-ibig, lambing, awa, at

kapayapaan

Ayokong magtanim sa isipan ng mga tao ng isang mala-

impyernong apoy na nagliliyab

Dahil ang Diyos ang pinakamalapit na minamahal ng

puso at kaluluwa

Siya ang maganda na ang kagandahan ay hindi
maihamang sa kahit ano pa man
Kung iisipin natin ito sa ganitong paraan
Malapit tayo sa Kanya at malapit Siya sa atin
At kung tayo ay magsisikap nang tapat
Ibubuka Niya ang Kanyang mga bisig sa atin nang may
awa at habag
At kung hihingin natin ito nang buong puso
Nakaramdam kami ng lalong pananabik para sa kanya
Pupunta siya sa atin
Talagang

-
Sa hindi mabilang na paraan
Ipinapakita sa atin ng lohika
Ang Diyos ang sanhi at dahilan ng pag-iral na ito
Ngunit ang tunay na patunay ng pagkakaroon ng Diyos
Hindi maabot
Sa pamamagitan lamang ng makatwirang deduksyon
Kung nais nating matagpuan ang Diyos
- Alin ang tanging layunin ng ating pag-iral -
Kailangan nating lumayo pa kaysa sa
Normal na proseso ng pag-iisip
Dahil ang Diyos ay lampas sa pang-unawa ng pandama
Hindi maarok ang esensya nito
Palagi at walang katapusan akong abala sa aking mga
iniisip
Sa mga materyal na pagnanasa
Kung saan siya ay hinahampas ng mga alon ng
kasiyahan at sakit
Siya ay pinahihirapan ng magulong emosyon
Kung nais nating maabot ang isang kahanga-hangang
estado
Mula sa mas mataas na kamalayan at mga persepsyon
Kailangang bawiin ang kaisipang
Mula sa kanyang baliw at galit na galit na aktibidad

Sa pamamagitan ng pagtutuon ng isip at pagninilay sa
Diyos

Kapag humupa na ang bagyo ng mga iniisip
Upang ang matamis at pinagpalang katahimikan ay
bumaba sa kaluluwa

Ang disipulo ay makakaramdam ng katahimikan at
katiyakan

Labas sa saklaw ng karaniwang karanasan
Habang nabubuksan ang kanyang pananaw at nagising
ang kanyang mga espirituwal na kakayahan

Direkta niya itong napapansin

Nang walang mga pandama

Ang pinagpalang banal na presensya

Madalas nating hindi nakikita ang mga bagay na

pinakamalapit sa atin

Dinadaan natin ang mahahalagang kayamanan nang

walang tigil

At ipagpapatuloy natin ang ating paghabol sa

imahinasyon

O susubukan nating manghuli ng mga bahaghari

Naghahanap tayo ng seguridad sa dilim

Bagama't tunay na hinahangad ng ating mga kaluluwa

ang liwanag

Umiinom tayo ng mga panaginip na hindi nakakapawi

ng ating uhaw

Habang ang ating mga kaluluwa ay nananabik sa tunay

na katotohanan

Hinahabol natin ang isang ilusyon na hindi naman talaga

umiiral

Sa pagtatangkang makahanap ng pahinga sa lilim nito

Mula sa init ng buhay at sa nakapapasong tag-araw nito

Kapag tunay tayong naghahangad

Isang oasis ng kapayapaan at pagkakaisa

nakatago sa ating mga kaluluwa

Hindi magkatugmang pagkakaiba-iba

Ang siyang pinagmumulan ng mundo
Ano ang tumutukso at umaakit sa atin
Upang ituon ang ating atensyon sa mga materyal na
bagay

Isa lamang itong maputlang anino
Para sa mga bihirang kayamanan na natatago
Sa mga minahan sa ilalim ng lupa
Kailangan nating magtrabaho upang pakalmahin ang
balisang isipan

Palaging naghahabol sa mga makamundong bagay
At itinuturo ang landas nito papasok
Dapat nating pagtugmain ang ating mga iniisip at
hangarin

May sapat na mga katotohanan sa pagpapagaling
Matatagpuan sa kaibuturan ng sarili
Pagkatapos ay makikita natin ang pagkakaisa
Sa ating buhay at sa kalikasan
Kung ihahambing natin ang ating mga inaasahan at
pag-asa

Gamit ang likas na pagkakaisa sa loob natin
Ligtas tayong maglalayag sa dagat ng buhay
Nang walang takot na malunod
Dahil ang ating pagkakaisa sa sarili
Ito ay magiging isang life jacket
At may mga pakpak ng tiwala sa Diyos
Tayo'y liliko nang mataas sa kapaligiran ng kapayapaan
Maaaring magtaka ang ilan

Hangga't mayroon tayong kalayaan sa pagpili"
Kaya bakit sumasalungat ang mga resulta sa ating mga
?inaasahan

:Ang sagot ay ang mga sumusunod
Pinahina ng tao ang kanyang kalooban
Nawalan siya ng kaalaman tungkol sa mga espirituwal
na kapangyarihan
umiiral sa kanyang kamalayan

Ngunit kung magsisikap siyang palakasin ang kanyang
kalooban

Sa pamamagitan ng pagsasanay ng pagpipigil sa sarili
At pinagninilayan ang banal na liwanag sa loob niya
Ang kanyang kalooban ay pinalaya
At kapag ang kanyang kalooban ay napalaya
Siya ang magiging panginoon ng sarili niyang kapalaran
Pero kung matuklasan niyang buhay pa siya
Sa paraang hindi sinasang-ayunan ng kanyang
konsensya

Hindi siya mapapalaya at hindi makakaakyat
Sa hagdan ng pag-unlad
Kailangan nating gumugol ng oras
Para gawin ang mga bagay na iyon
Na siyang nakadaragdag sa ating kaligayahan
At nagdudulot ito sa atin ng kabutihan at
kapakinabangan

Walang makakapigil sa ating paglakad
Hangga't mananatiling matatag ang ating paninindigan
Pagsulong

Kinukulong ng lalaki ang kanyang sarili
Sa loob ng isang makitid na selda
Mula sa limitadong abot-tanaw
maliliit na ideya
pagbabago ng mood
mga hindi malusog na gawi

Kaya nga kailangan niyang sanayin ang sarili niya
Upang maging mas flexible, bukas, at tumatanggap
Kailangan nating magsikap na kontrolin ang ating mga
hilig

At sanayin ang ating kalooban sa tamang direksyon
Sa pamamagitan ng paggawa ng mga pinakamahusay
na bagay sa buhay
At dapat nating higit na isipin ang Diyos

Ipalaganap natin ang diwa ng pagmamahal,
kapayapaan, at kapatiran
Sa bawat sulok ng mundong ito
Mga may matatalinong pag-iisip

Guro Paramhansa Yogananda

Pagsasalin: Mahmoud Abbas Masoud

Dahil tayo ay ipinanganak sa mundong ito mula sa isang hindi kilalang pinagmulan, natural lamang sa atin na magtaka tungkol sa pinagmulan at layunin ng buhay. Naririnig at nababasa natin ang tungkol sa Lumikha ng mundong ito, ngunit hindi natin alam kung paano Siya malalapitan. Ang alam lang natin ay ipinapahayag ng buong sansinukob ang pagkakaroon ng Kanyang banal na katalinuhan. Kung paanong ang maliliit at tiyak na mga bahagi ng isang relo ay nagpapahanga sa atin sa gumagawa ng relo, at kung paanong ang malalaki at masalimuot na mga makina ng isang pabrika ay humahanga at pumupukaw ng paghanga sa kanilang imbentor, gayundin kapag nakikita natin ang mga kababalaghan ng kalikasan, namamangha tayo sa katalinuhang nakatago sa likod ng mga ito, at ating itinatanong:

"Sino ang nagbigay sa bulaklak ng matingkad at nakaharap sa araw na hugis nito?"

Saan nagmula ang bango at ganda nito?

At paano nabuo ang mga talulot nito nang may ganitong katangi-tanging katumpakan at tinina nang may ganitong kahanga-hanga at masasayang kulay?

Sa gabi, ang mga bituin at buwan, na nagkakalat ng mala-pilak na liwanag sa ating paligid, ay

hinihikayat tayong pagnilayan ang kamalayan na gumagabay sa mga bagay na ito sa kalawakan.

Ang banayad na liwanag ng kabilugan ng buwan ay hindi sapat para sa pang-araw-araw na gawain, kaya ang isang matalino at matiyagang pag-iisip ay nagbibigay-inspirasyon sa atin na magpahinga sa gabi. Pagkatapos ay sumisikat ang araw, at ang maliwanag nitong liwanag ay nagbibigay-daan sa atin na makita ang mundo sa ating paligid nang may kalinawan at katahimikan, na nagbibigay-daan sa atin na gawin ang mga gawaing inihaharap sa atin.

May dalawang paraan upang matugunan ang ating mga pangangailangan: ang pisikal at ang espirituwal. Halimbawa, kapag lumala ang ating kalusugan, maaari tayong pumunta sa doktor para sa paggamot. Ngunit darating ang panahon na walang doktor o sinuman ang makakatulong, at tayo ay bumabaling sa pangalawang paraan: sa espirituwal na kapangyarihang lumikha ng ating katawan, isip, at kaluluwa. Ang pisikal na kapangyarihan ay limitado, at kapag ito ay nabigo, tayo ay bumabaling sa walang limitasyong banal na kapangyarihan. Nalalapat din ito sa ating mga pangangailangang pinansyal. Kapag ginawa natin ang ating makakaya at hindi pa rin sapat, tayo ay bumabaling sa kapangyarihang iyon.

Iniisip ng lahat na ang kanilang mga problema ang pinakamalala. Ang ilan ay nakakaramdam ng mas matinding pressure kaysa sa iba dahil mahina ang kanilang resistensya. Dahil sa pagkakaiba-iba ng lakas ng pag-iisip ng mga tao, iba-iba ang dami ng enerhiyang ginagamit nila. Kung ang isang tao ay nahaharap sa isang napakahirap na problema at mahina ang kanilang isip, hindi nila ito

malalampasan. Ang mga may malalakas na pag-iisip ay kayang malampasan ang kanilang mga paghihirap sa pamamagitan ng pagsira sa mga hadlang at pag-uga ng kanilang mga pundasyon. Gayunpaman, kahit ang pinakamalakas na tao ay minsan ding nahaharap sa kabiguan. Kapag tayo ay nahaharap sa marami at napakalaki na materyal, intelektwal, at espirituwal na mga problema at paghihirap, napagtatanto natin kung gaano limitado ang kapangyarihan ng buhay sa materyal na mundong ito.

Ang ating mga pagsisikap ay hindi lamang dapat nakatuon sa pagkamit ng mabuting kalusugan at seguridad sa pananalapi, kundi pati na rin sa paghahanap ng kahulugan ng buhay. Ano ang layunin ng buhay? Kapag nadaig tayo ng mga kahirapan, una tayong bumabaling sa ating kapaligiran, sinusubukan ang bawat materyal na pagsasaayos na sa tingin natin ay magbibigay ng ginhawa. Ngunit kapag narating natin ang isang dead end at sinabing, "Lahat ng aking mga pagtatangka ay nabigo; ano pa ang magagawa ko?" sinisimulan nating seryosong isaalang-alang ang paghahanap ng isang epektibong solusyon sa ating problema. At kapag ang ating pag-iisip ay naging sapat na malalim, matatagpuan natin ang sagot sa loob ng ating sarili. Ito, sa kanyang sarili, ay isang anyo ng nasagot na panalangin.

Panalangin: Isang espirituwal na pangangailangan

Ang panalangin ay isang espirituwal na pangangailangan. Hindi tayo nilikha ng Diyos bilang mga pulubi, sapagkat nilikha Niya tayo ayon sa Kanyang wangis. Ito ang ipinahayag ng Banal na Kasulatan. Ang isang pulubi na pumupunta sa bahay

ng isang mayaman at humihingi ng limos ay tumatanggap ng bahagi ng isang pulubi. Ngunit ang isang anak ay maaaring makakuha ng kahit ano mula sa kanyang mayamang ama. Kaya, hindi tayo dapat kumilos na parang mga pulubi.

May mga taong tila nasa kanila na ang lahat ng bagay at ipinanganak sa karangyaan at kaginhawahan, habang ang iba naman ay tila umaakit ng problema at kabiguan. Nasaan ang wangis ng Diyos sa kanila? Ang kapangyarihan ng banal na espiritu ay nananahan sa bawat isa sa atin. Ngunit paano natin malilinig ang kapangyarihang iyon? Marahil ay nawalan ka na ng pag-asa noon dahil tila hindi nasagot ang iyong mga panalangin, ngunit huwag mawalan ng pag-asa at pananampalataya. Upang malaman kung epektibo ang iyong mga panalangin o hindi, dapat kang magkaroon ng pangunahing paniniwala sa kapangyarihan ng panalangin sa kaibuturan ng iyong sarili.

Marahil ang mga panalangin ng ilang tao ay hindi nasasagot dahil pinili nilang magmakaawa. Gayundin, dapat malaman ng isang tao kung ano ang hihingin sa Diyos. Maaari kang manalangin nang buong puso at buong lakas upang angkinin ang mundo at lahat ng narito, ngunit ang iyong mga panalangin ay hindi tatanggapin dahil lahat ng panalangin na may kaugnayan sa materyal na buhay ay likas na limitado, at sa katunayan, dapat itong limitado. Ngunit may tamang paraan ng pagdarasal. Sinasabing ang pusa ay may siyam na buhay. Ngunit ang mga kahirapan ay may siyamnapu't siyam na buhay! Dapat kang makahanap ng epektibong paraan upang maalis ang "pusa ng mga kahirapan". Ang sikreto ng epektibong panalangin ay nakasalalay sa pagbabago ng posisyon

ng isang tao mula sa isang pulubi patungo sa isang taong may karapatan. Kapag humingi ka sa Diyos ng isang bagay na may espirituwal na katangian, ang iyong panalangin ay magkakaroon ng parehong kapangyarihan at karunungan.

Ang mga binhi ng tagumpay ay nasa lakas ng loob

Karamihan sa mga tao ay nagiging labis na kinakabahan at nababalisa kapag sinusubukang makamit ang isang bagay na napakahalaga sa kanila. Ang pagkilos nang may pag-aalala at kaba ay hindi umaakit ng banal na kapangyarihan, ngunit ang mahinahon at patuloy na paggamit ng lakas ng loob ay niyayanig ang mga puwersa ng sansinukob at nagdudulot ng tugon mula sa walang hanggang Ganap. Ang mga binhi ng tagumpay para sa lahat ng iyong balak makamit ay nasa loob ng iyong kalooban. Ang isang kalooban na nasira at dinudurog ng mga kahirapan ay pansamantalang nagiging paralisado. Ngunit ang isang taong matatag at determinado na nagsasabing, "Ang aking katawan ay maaaring mapunit, ngunit ang ulo ng aking kalooban ay mananatiling mataas at pinapatnubayan ng determinasyon," ay nagpapakita ng pinakamataas na antas ng lakas ng loob.

Ang lakas ng loob at ang wastong direksyon nito ang siyang nagpapaangat at nagtataas ng katayuan ng isang tao. Kapag tinalikuran ng isang tao ang paggamit ng lakas ng loob, sila ay nagiging isang ordinaryong tao, hindi epektibo sa takbo ng mga pangyayari. Marami ang nagsasabi na hindi natin dapat gamitin ang ating lakas ng loob upang baguhin ang mga pangyayari, dahil sa takot na hadlangan ang plano ng Diyos. Ngunit bakit tayo binigyan ng Diyos

ng lakas ng loob kung ayaw Niya tayong gamitin ito? Minsan ay nakilala ko ang isang matigas na lalaki na nagsabing hindi siya naniniwala sa paggamit ng lakas ng loob dahil pinapakain nito ang pagpapahalaga sa sarili. Sumagot ako, "Ginagamit mo ang iyong lakas ng loob ngayon, at nang mariin, upang labanan ako. Ginagamit mo ito upang magsalita, tumayo, maglakad, kumain, manood ng sine, at maging matulog. Gusto mo ang lahat ng iyong ginagawa. Kung walang lakas ng loob, ikaw ay nagiging isang robot." Tungkulin ng isang tao na iayon ang kanilang kalooban, na pinamamahalaan ng mga pagnanasa, sa kalooban ng Diyos. Samakatuwid, kapag ang tamang panalangin ay palaging iniaalay, ito ay nagiging isang lakas ng loob mismo.

Dapat kang maniwala sa posibilidad na makamit ang iyong ipinagdarasal. Kung nagdarasal ka na magkaroon ng bahay, at kasabay nito ay sinasabi ng iyong isip, "Paano mo kayang bumili ng bahay, hangal ka?", pinapahina mo ang iyong kalooban sa ganitong pag-iisip. Kapag inalis mo ang pariralang "Hindi ko kaya" sa iyong isip, nakakakuha ka ng mas mataas na kapangyarihan. Siyempre, ang mga bahay ay hindi nahuhulog mula sa langit, at upang makakuha ng bahay, dapat mong gamitin ang lakas ng loob at gumawa ng mga nakabubuo na aksyon upang makamit ang iyong layunin. Kapag nagtiyaga ka at tumatangging aminin ang pagkabigo, maipapakita mo ang iyong minimithi. At kapag palagi mong ginagamit ang lakas ng loob na iyon sa pamamagitan ng iyong mga iniisip at kilos, matutupad ang iyong mga hangarin, at lahat ng iyong inaasam at hinahangad ay darating sa iyo. Kapag patuloy kang nagsusumikap nang may determinasyon at pagtitiyaga, ang ninanais

na resulta ay lilitaw sa anumang paraan, kahit na ang iyong ninanais ay hindi talaga umiiral sa mundong ito. Sa ganitong lakas ng loob nakasalalay ang banal na sagot, dahil ang mabuting kalooban ay nagmumula sa Diyos. Ang matiyagang kalooban ay isang banal na kalooban.

Sunugin ang mga buto ng negatibong kaisipan

Ang mahinang kalooban ay mahinang kalooban ng tao. Kapag ang mga pagsubok at pagkabigo ay tumusok at pumupunit dito, nawawalan ito ng koneksyon sa walang hanggang Tagalikha. Ngunit sa likod ng kalooban ng tao ay nakasalalay ang banal na kalooban, na hindi nakakaalam ng panghihina ng loob o pagkatalo. Kahit ang kamatayan, sa lahat ng kapangyarihan nito, ay hindi makakasira o makakahadlang sa banal na kalooban. Tiyak na sasagutin ng Diyos ang panalanging iyon na hinihimok ng isang kalooban ng matibay na determinasyon at tiyaga.

Karamihan sa mga tao ay tamad at matamlay, pisikal man, mental, o pareho. Nais nilang magnilay-nilay ngunit ang iniisip lamang ay ang pagtulog. Sa sandaling maabutan sila ng antok, sila ay mahimbing na nakatulog, at doon na natapos ang panalangin! Sa ganitong kalagayan, ang lakas ng loob ay ibinabaon. Ang utak ng karaniwang tao ay puno ng mga buto ng "Hindi ko kaya". Ipinanganak sa isang pamilyang may ilang mga katangian at gawi, naiimpluwensyahan sila ng mga ito, nakukumbinsi na hindi nila kaya ito o na ang mga mapaminsalang butong ito ay dapat sunugin at ang kanilang impluwensya ay maalís sa kamalayan. May kapangyarihan kang makamit ang anumang

naisin mo. Ang kapangyarihang iyon ay nasa pinakasentro ng iyong kalooban.

Ang mga nagnanais na magkaroon ng determinasyon ay nangangailangan ng mabuting kasama. Kung hangad mong maging isang mahusay na matematiko at ayaw ng iyong mga kaklase sa matematika, walang alinlangang mawawala ang iyong sigasig. Ngunit kapag nakihalubilo ka sa mga mahuhusay na matematiko, lalakas ang iyong determinasyon, at masasabi mong, "Kung ang iba ay kayang magtagumpay, ako rin ay kayang magtagumpay."

Huwag magmadali sa malalaking bagay para lang mapatatag ang iyong determinasyon. Para magtagumpay, kailangan mo munang subukan ang iyong determinasyon gamit ang maliliit na bagay na akala mo ay hindi mo kaya. Kung magsisikap ka, kasunod nito ang tagumpay.

Naaalala ko pa rin ang lahat ng mga layuning sinabi sa akin ng aking mga kaibigan at ng iba na hindi ko kailanman makakamit, ngunit nagawa ko. Ang mga taong ito na may mabuting intensyon ay maaaring magdulot ng malaking pinsala gamit ang kanilang mga opinyon. Nawa'y protektahan tayo ng Diyos mula sa kanila at sa kanilang mga payo. Ang pakikisama ang may pinakamalaking impluwensya sa lakas ng loob. Ang pagpunta sa mga sayawan na may kasamang alak at malakas na musika, sa halip na magnilay-nilay sa santuwaryo ng katahimikan, ay nagpaparumi sa isip ng alikabok ng makamundong mga vibrasyon na napakakapal kaya mahirap itong alisin. Ang lakas ng loob ng isang tao ay hindi maiiwasang lumalakas o humihina dahil sa

impluwensya ng kanilang mga kasama. Ang pagbuo ng lakas ng loob sa pamamagitan lamang ng sariling pagsisikap ay lubhang mahirap. Kailangan mo ng isang mabuting halimbawa na tularan. Kung gusto mong maging isang pintor, mamuhay na napapaligiran ng magagandang pinta at makisama sa mga pintor. Kung gusto mong maging isang taong espirituwal, makisama sa mga taong espirituwal na may marangal na pagkatao.

May malaking pagkakaiba sa pagitan ng paniniwala at karanasan. Ang paniniwala ay nagmumula sa mga bagay na iyong narinig o nabasa at tinanggap bilang mga pangunahing katotohanan. Sa kabilang banda, ang karanasan ay ang iyong personal na nasaksihan at tunay na naunawaan. Ang katiyakan ng mga nakaranas ng Diyos ay hindi natitinag. Kung hindi ka pa nakatikim ng dalandan, maaari kang malinlang tungkol sa mga katangian nito. Ngunit kung nakain ka na ng dalandan dati, hindi ka maaaring malinlang, dahil natikman mo na ang prutas at alam na alam mo na ito.

Hanapin ang kasama ng mga taong nagpapalakas ng iyong pananampalataya

Ang mga ideya tungkol sa Diyos, tagumpay, paggaling, at iba pa, lahat ay nananatili sa iyong isipan na parang mga sikolohikal na kapsula. Subukan ang mga ito. Upang masubukan ang iyong mga ideya, dapat mong gamitin ang iyong lakas ng loob upang bigyang-buhay ang mga ito. Upang malinang ang kinakailangang lakas ng loob, dapat kang makisama sa mga taong may malakas na kalooban. Kung nais mo ng paggaling sa pamamagitan ng kalooban ng Diyos, hanapin ang kasama ng mga taong

nagpapalakas ng iyong pananampalataya at nagbibigay-lakas sa iyong kalooban.

Nilakbay ko ang buong India upang maghanap ng tunay na nakakakilala sa Diyos, ngunit bihira sila. Bawat gurong nakilala ko ay nagbabahagi ng kanilang mga personal na paniniwala. Ngunit sa mga bagay na espirituwal, determinado akong hindi makuntento sa mga salita lamang tungkol sa Diyos. Gusto ko Siyang maranasan at tunay na madama ang Kanyang presensya. Ang mga sinabi sa akin ay walang kabuluhan maliban kung mauunawaan ko ito sa pamamagitan ng personal na karanasan.

Minsan, nakikipag-usap ako sa isang kaibigan tungkol sa mga santo ng India. Ang kaibigan ko ay isang broker, at hindi niya nagustuhan ang aking sigasig. Sa halip, sinabi niya, "Lahat ng tinatawag ninyong mga santo ay mga manloloko na hindi nakakakilala sa Diyos." Hindi ko siya nakipagtalo, bagkus ay binago ko ang usapan, at nagsimula kaming mag-usap tungkol sa propesyon ng brokerage. Matapos niya akong ikuwento nang marami tungkol dito, malumanay kong sinabi, "Alam mo ba na walang kahit isang mapagkakatiwalaang broker sa Calcutta, at lahat sila ay sinungaling?" Nagalit siya at galit na sumagot, "At ano ang alam mo tungkol sa mga broker?" Sumagot ako, "Iyon mismo ang ibig kong sabihin. At ano ang alam mo tungkol sa mga santo?" Hindi siya nakapagsalita. Nagpatuloy ako nang mahinahon at mabait, "Wala akong alam tungkol sa brokerage, at wala kang alam tungkol sa mga santo."

Ang pagsasagawa ng relihiyon ay umabot na sa punto kung saan maraming tao ang hindi na kayang

isalin ang kanilang mga espirituwal na ideya sa buhay na karanasan. Nagsasalita ako rito mula sa personal na karanasan. Ayaw ko lamang magsalita tungkol sa mga bagay na alam ko sa intelektwal na paraan. Karamihan sa mga tao ay nagbabasa ng ilang libro tungkol sa katotohanan at nagiging sapat na sa sarili nang hindi gumagawa ng kinakailangang pagsisikap na maunawaan ang katotohanan sa likod ng mga salita. Ang mga walang laman na pahayag at hungkag na pahayag ng mga espirituwal na katotohanan ay walang pakinabang sa atin at hindi nag-iiwan ng positibong impresyon. Dapat nating makilala ang pagkakaiba sa pagitan ng mga sermon ng isang tao at ng kanilang kwento sa buhay. Ang sinumang nagnanais magturo sa iba ay dapat munang ipakita na talagang naranasan nila ang kanilang natututuhan at naunawaan ang kanilang sinasabi sa pamamagitan ng karanasan.

(At nasumpungan kong ang tao ay bunga lamang ng kanyang sariling pagsisikap)

Ang sinumang mas nagsusumikap ay mas karapat-dapat sa kaluwalhatian

Taglay ang mataas na ambisyon, umaangat siya sa pinakamataas na antas

Ang may pinakamataas na mithiin ang siyang pinakanakikita

Huwag mag-atubiling ang mga naghahangad ng pag-unlad

At ang gustong mahuli ay hindi lumapit

Sumainyo ang kapayapaan

Inisyatibo at diwa ng pagkamalikhain

Sa pagtingin sa hindi mabilang at walang katapusang mga tanawin ng mundong ito, sa napakaraming sangkatauhan na padalus-dalos na nagmamadali sa mga yugto ng buhay, tayo ay napupuno ng pagkamangha at nagtatanong sa ating sarili tungkol sa sikreto sa likod ng kakaibang kababalaghang ito. Ano ang pangunahing layunin ng ating paglalakbay? At ano ang pinakamahusay na paraan upang maabot ito?

Karamihan sa atin ay walang patutunguhan, walang layunin o direksyon, parang mga sasakyang mabilis na patungo sa kawalan Habang tayo ay pabaya at walang ingat na naglalakbay sa mga landas ng buhay, nabibigo tayong maunawaan ang layunin ng ating paglalakbay Bihira nating mapansin kung tayo ba ay tumatahak sa mga paliko-likong kalsada na walang patutunguhan, o isang tuwid na landas na direktang patungo sa ating ninanais na destinasyon At paano natin mahahanap ang ating layunin kung hindi man lang natin ito naisip?

Karamihan sa mga tao—kahit hindi alam ang layunin ng buhay—ay may sapat na inisyatiba upang tukuyin at ituloy ang kanilang mga layunin at harapin nang makatwiran ang kanilang kapaligiran at mga pangyayari. At ano ang inisyatiba? Ito ay isang malikhaing kakayahan, isang kislap ng walang hanggang Lumikha na umiiral sa bawat isa sa atin.

Ang isipan ng karamihan sa mga tao ay parang mga makinang may isang horsepower! Sa kabila ng napakalaking potensyal ng bawat isipan ng tao, kakaunti lamang ang gumagamit ng hindi pa nagagamit na kapangyarihang iyon. Ang mga interes

ng mga tao ay karaniwang limitado at nakakulong sa mga pangangailangan sa buhay tulad ng pagkain, pagtatrabaho, paglilibang, pagtulog, at iba pa.

Sinasabi ng mga sikologo na may isang pangunahing pagkakaiba sa pagitan ng mga tao at hayop: sa lahat ng nilalang, ang mga tao lamang ang tumatawa (marahil maliban sa mga unggoy at mga nagngangalit na hyena). Ang pagtawa ay kapaki-pakinabang, at kung hindi gagamitin ng isang tao ang talentong ito, nawawalan siya ng isa sa pinakamahalagang aspeto ng pag-unlad ng tao. Hindi tayo dapat maging katulad ng mga taong tinitingnan ang buhay nang may matigas at seryosong pananaw, hindi tumatawa o nakangiti, at bilang resulta, hindi kailanman tunay na nasisiyahan sa buhay.

Bukod sa natatanging kakayahan ng tao na tumawa, ang mga tao ay nagtataglay ng isa pang pambihirang kakayahan: isa sa pinakadakila sa lahat, ang kapasidad para sa pagkamalikhain o inobasyon. Ano ang mahiwaga at mahiwagang kakayahang ito? Ang Kanluran ay ang lupain ng praktikal, industriyal, at inilapat na inobasyon sa agham. Ang Silangan ay ang lupain ng kaliwanagan at espirituwal na pagkamalikhain. Samakatuwid, ang diwa ng inisyatibo ay ang kapasidad para sa pagkamalikhain—upang gumawa ng isang bagay na hindi pa nagagawa noon, sa mga makabagong paraan.

Ang diwa ng pagkamalikhain ay ang kakayahang malikhain na nagmula sa Lumikha

Ano ang nagawa ng mga tao gamit ang sagradong kaloob na ito? Ilan ang tunay na nagsisikap na gamitin ang kanilang malikhaing potensyal? Lumipas at patuloy na lumilipas ang mga linggo, buwan, at

taon, at nananatiling hindi nagbabago ang mga ito, nababago lamang ng edad. Ang malikhaing indibidwal ay nagniningning na parang isang makinang na bulalakaw na lumilipad sa kalawakan, lumilikha ng isang bagay mula sa wala at ginagawang posible ang imposible sa pamamagitan ng malikhaing kapangyarihan ng mas mataas na espiritu.

May tatlong kategorya ng mga tagalikha:

May mga kategoryang natatangi, namumukod-tangi, at pambihirang kategorya; mga kategoryang karaniwan; at mga ordinaryong kategorya. At saka, may daan-daan at libo-libo pa na maaaring uriin bilang wala.

Tanungin ang iyong sarili ng tanong na ito: "Nasubukan ko na bang gumawa ng isang bagay na hindi pa nagagawa ng iba?"

Iyan ang panimulang punto sa pagpapagana ng diwa ng inisyatiba at pagpapakawala ng nakatagong pagkamalikhain

Huwag tumulad sa mga taong naniniwalang hindi nila kayang kumilos nang naiiba sa karaniwan at pamilyar. Para silang mga naglalakad nang natutulog. Ang mga mungkahing natatanggap nila mula sa kanilang subconscious ay nakakumbinsi sa kanila na pareho lang sila ng uri.

Panahon na para gisingin ng tao ang kanyang sarili mula sa kanyang kalagayan ng kamangmangan at pagkamangha at patunayan sa kanyang sarili na taglay niya ang pinakadakilang mga kaloob ng tao: ang diwa ng pagkamalikhain.

Ang bawat tao ay nagtataglay ng kislap ng pambihirang potensyal, na nagbibigay-daan sa kanila na lumikha ng isang bagay na walang katulad. Sa kasamaang palad, ang mga tao ay kadalasang nasa ilalim ng magnetikong impluwensya ng kanilang kapaligiran at hindi nagsisikap na makawala mula sa malakas nitong hatak. Kung may magsasabing, "Walang saysay ang pagsubok, nagawa na ito," hinahayaan nila ang kanilang sarili na maging biktima ng isang makamundong kamalayan na walang lakas ng loob at pinipigilan ang ambisyon. Ito ang dahilan kung bakit napakaraming tao ang nabibigo sa buhay.

Ito rin ay naaangkop sa espirituwal na aspeto. Marami ang nananatiling hindi nagbabago sa buong buhay nila. Sa kabila ng kanilang kawalang-kasiyahan dahil sa kanilang makitid na pag-iisip at limitadong karanasan, natatakot silang mag-isip nang iba mula sa kung paano sila pinalaki. Dapat iakma ng isang tao ang kanilang sarili sa mga pagsubok sa buhay ayon sa dikta ng kanilang konsensya at mga udyok ng kanilang puso, at hindi kumilos nang bulag nang walang pag-unawa.

Sinabi sa akin ng aking iginagalang na guro, si Sri Yuktswarji:

"Kung tunay kang naniniwala sa Diyos at may hinahangad kang kahit ano, ipagkakaloob sa iyo ng Diyos ang bagay na iyon kahit na hindi ito aktwal na umiiral sa sansinukob."

Taglay ko ang matibay na pananampalataya sa Diyos at sa sarili kong kagustuhan, at lagi kong natutuklasan na may mga bagong pagkakataong nalilikha para makuha ko ang mga bagay na gusto ko.

Ang malikhaing potensyal sa loob ng sangkatauhan ay nananatiling natutulog, hindi pa nabubuo, at hindi nagagamit. Ang kapangyarihang ito ay likas at likas sa bawat tao nang walang pagbubukod, ngunit nabibigo ang mga tao na gamitin ito. Kaya, paano magigising ang malikhaing diwang ito?

Kung hindi mo pa nalilinang ang mga kasanayan sa malikhaing pag-iisip upang hubugin ang sarili mong landas, maaari mong subukang pagbutihin ang isang bagay na nagawa na ng iba noon. Ang pagsisikap na pagbutihin ang mga inobasyon ng iba ang pinakakaraniwang pamamaraan.

Ang pangalawa o gitnang uri ng malikhaing diwa ay nakapaloob sa mga taong bumubuo o nag-iimbento ng mga bagong bagay, ngunit walang anumang makabuluhang kahalagahan.

Ang pambihirang katangian ng isang malikhaing espiritu ang siyang nagpapahintulot sa may-ari nito na tumayo sa harap ng mundo nang may nagniningning na liwanag, tulad ng mga dakilang pigura na nagdulot ng mga bago at kapaki-pakinabang na bagay para sa mundo, mga bagay na hindi pa nagagawa ninuman noon. Ang mga pambihirang henyo na ito ay nagtataglay ng isang hindi matitinag na malikhaing espiritu, na sinusupportahan ng isang matibay na kalooban upang makamit ang kanilang mga layunin. Pinili ba ng Diyos ang mga dakilang pigurang ito, na nagbigay sa kanila ng natatanging kadakilaan? Pinili ba sila ng banal na kalooban upang makamit ang gayong kaluwalhatian higit sa lahat? Tiyak na hindi. Ginamit lamang nila ang kanilang mga malikhaing kaloob upang maipakita ang

kadakilaan at kaluwalhatian na mana ng bawat tao, sapagkat sila ay nilikha ayon sa wangis ng Diyos, ang pinagmumulan ng lahat ng pagkamalikhain at inobasyon.

Ang mga naghahangad ng kaluwalhatian sa sarili ay hindi tunay na dakila. Nagmamalaki sa kapalaluan, kayabangan, at pagpapahalaga sa sarili, wala silang natatanggap na suporta mula sa Diyos. Ang mga mahilig magbigay, na humihikayat sa iba na ilabas ang kanilang potensyal, paunlarin ang kanilang mga kakayahan, at linangin ang tiwala sa sarili ang tunay na dakila.

Karamihan sa mga naging dakila ay hindi namamalayang ginabayan: taglay nila ang kaunting kadakilaan na nagsilbing pangunahing pundasyon kung saan nila itinayo ang gusali ng kanilang buhay, naging natatangi at napakahusay sa isang kahangahangang paraan sa kanilang larangan ng pagkamalikhain.

Kung taglay mo ang katangian ng kadakilaan, nangangahulugan ito na ikaw ay walang malay na ginabayan ng mga kapangyarihan ng isip, na ang kakayahan ay nagbigay-daan sa iyo upang mapaunlad ang iyong mga malikhaing enerhiya sa pamamagitan ng pagbubukas ng mga nakatagong daluyan sa iyong kaluluwa at pagkonekta sa mga ito sa kabuuang kamalayan, ang pinagmumulan ng lahat ng orihinalidad at pagkamalikhain.

Maaari ring makamit ang kadakilaan, ibig sabihin ay maaari itong linangin sa pamamagitan ng pagpapaunlad ng mga talento ng isang tao at pagpapabilis ng kanyang paglaki. May paraan para maging dakila ang isang tao sa pamamagitan ng

pagtatamo ng pambihira at kamangha-manghang kapangyarihang ito. Sa pamamagitan ng matalinong pagkilos at wastong pagsasanay, mapapaunlad ng isang tao ang diwa ng pagkamalikhain at mailalabas ang potensyal nito. Ang mga taong matagal nang nagsikap nang husto ang siyang mga nasisiyahan na ngayon sa katuparan ng kanilang mga inaasam at sa katuparan ng kanilang mga pangarap. Ang mga natutulog na kapangyarihan sa loob ay dapat mahukay, at dapat gamitin ang pagsusumikap upang malampasan ang tila mahirap at hindi malalampasan.

Ang isang ambisyoso ay dapat maging handang tiisin ang malupit na opinyon at masasakit na kritisismo ng mundo upang makamit ang tagumpay sa anumang larangan, materyal man o intelektwal. Dapat ding maging maingat sa mga nakapanghihina ng loob na opinyon ng mga taong may limitadong pananaw. Kung nais ng isang tao na maging orihinal, malikhain, at makabago, at kung nais ng isang tao na mag-isip at magsalita nang naiiba, kahit kaunti lamang. Ang kanyang sigasig ay dapat na hindi matitinag, hindi kailanman hahayaang makapasok sa saklaw nito ang pagkabagot o kawalang-interes.

Ang mga may kahanga-hangang malikhaing espiritu ay nilulunod ang lahat ng kahirapan, problema, at balakid, naniniwala nang malalim na sila ang tama

Taglay ang di-natitinag na katapatan at katatagan na lumalaban sa pag-aalinlangan at pagtalikod, magpatuloy nang may pagpapala ng Diyos, batid na ang walang hanggang kapangyarihang malikhain ay hahawak sa iyong kamay at susuporta sa iyong paglalakbay.

Una, dapat may kamalayang hawakan ng isang tao ang walang hanggang kapangyarihan. Ang pinagpalang kapangyarihang ito ang pinagmumulan ng lahat ng pagkamalikhain at inobasyon. Kapag nangyari ito, ang parehong malay at hindi malay na isip ay mapupuno ng kapangyarihan at kagustuhan.

Sa loob ng maraming taon, natatakot akong mawala ang malikhaing diwa na aking nilinang sa aking sarili sa ilalim ng malupit na mga kondisyon at mahihirap na pagsubok. Ngunit ngayon ay napagtanto ko na ang sukdulang, walang hanggang batas ay nananahan sa aking kaluluwa. Ang sagradong batas na iyon ang pundasyon ng lahat ng agham, sining, at kaalaman. At kung ako ay pinapanatili ng banal na suportang iyon, imposible para sa akin na mabigo.

Kapag nais mong lumikha ng isang bagay na kamangha-mangha at kahanga-hanga, umupo nang tahimik at magnilay-nilay nang malalim hanggang sa maramdaman mo ang walang hanggang malikhaing kapangyarihang nananahan sa iyo. Subukang gumawa ng bago. Ngunit laging siguraduhin na ang iyong mga pagsisikap ay sinusupportahan ng pinakadakilang elemento ng pagkamalikhain na umiiral, na ang pinagpalang elementong ito ay nasa likod ng lahat ng iyong ginagawa, at matutupad nito ang iyong mga inaasam at puputungan ng tagumpay ang iyong mga pagsisikap.

Nais ng Diyos na Makapangyarihan na tayo ay magabayan ng walang hanggang malikhaing kapangyarihan ng banal na espiritu. Hinarangan ng mga tao ang bukal ng malikhaing kapangyarihan sa kanilang mga kaluluwa dahil sa kawalang-interes at

katamaran, at dapat nilang alisin ang lahat ng balakid at mga kalat na pumipigil sa malayang pagdaloy ng mga banal na tubig sa lahat ng direksyon. Dapat silang magkaroon ng matibay na determinasyon at aktibong hangaring gumawa ng mabuti, at sa gayon ay maisasakatuparan ang mga pangarap at maisasakatuparan ang mga marangal na mithiin.

Karamihan sa mga tao ay kuntento na lamang sa pag-uulit ng mga ideya ng iba at bihirang makabuo ng kahit isang orihinal na kaisipan. Mabuting makinabang sa magagandang ideya ng iba, ngunit tungkulin ng bawat tao na magdagdag ng bago, intelektwal man o materyal, sa pamana ng mundo at pagyamanin ang kayamanan ng kaalaman ng tao. Ang bawat tao ay nagtataglay ng mga natatanging katangian at malalim na kakayahan na naghihintay na matuklasan at mapagana.

Noong una, nag-alangan akong maging isang guro. Seryoso ang pangako at napakalaki ng mga responsibilidad. Dapat maging shock absorber ang isang guro dahil sa sandaling siya ay mabalisa at malito, hindi niya matutulungan ang mga humihingi ng tulong sa kanya.

Ang isang tunay na guro ay dapat magmahal at maglingkod sa lahat, umunawa sa sangkatauhan, at kilalanin ang Diyos. Nang sabihin sa akin ng aking tagapagturo, si Seri Yokstuargi, na ang aking tungkulin sa buhay na ito ay ang maging isang espirituwal na guro, bumaling ako sa Diyos, nagtiwala sa Kanya, at nanalangin para sa Kanyang tulong at patnubay.

Nang magsimula akong magbigay ng mga lektura, nilayon kong ang aking mga lektura ay hindi hango sa

mga libro at kaalamang teoretikal, kundi sa panloob na inspirasyon at personal na karanasan, batid kong ang malikhaing kapangyarihan na ang pinagmumulan ay hindi nauubusan at ang daloy ay hindi tumitigil ay nasa likod ng aking mga iniisip at salita.

Ang kapangyarihang iyan ay ginamit din sa maraming aspeto upang tulungan ang iba sa kanilang gawain at sa iba't ibang paraan.

Hindi ko sinabing, "Panginoon, gawin mo ito para sa akin"

Sa halip, sinabi ko: "O Panginoon, nais kong gawin ito, ngunit sa pamamagitan lamang ng Iyong patnubay at mga pagpapala ay hinihiling ko sa Iyo na bigyan Mo ako ng inspirasyon at hawakan ang aking kamay"

Kaya mong gawin ang maliliit na bagay sa kakaibang paraan. Maaari kang maging pinakamahusay sa iyong larangan. Hindi natin dapat laging sundin ang mga landas na madalas nating tahakin; dapat tayong gumawa ng mga bago para sa ating sarili at sa iba. Ang isang tao ay maaaring gumawa ng isang bagay na hindi pa nagagawa ng iba —isang bagay na nakakakuha ng isipan at nakabibighani sa mundo.

Mapapatunayan mo na ang malikhaing banal na espiritu ay nananahan sa iyo at gumagana sa pamamagitan mo. Ang nakaraan ay wala na at ngayon ay kasaysayan na. Kahit na ang iyong mga pagkakamali ay kasinglalim ng dagat, ang diwa ng kaluluwa ay masyadong malakas para lamunin ng mga ito. Ngunit ang katotohanang ito ay walang kabuluhan kung ang isang tao ay nagpapatuloy sa

kanilang mga maling pag-iisip at mga maling kilos nang hindi gumagawa ng seryosong pagtatangka na itama ang kanilang landas at baguhin ang kanilang sarili.

Ngunit hinihimok namin ang mga tapat at seryosong naghahangad na magkaroon ng matatag na paninindigan at matibay na determinasyon na magpatuloy sa landas nang hindi hinahayaang hadlangan ng mga nakaraang pagkakamali ang pag-unlad o pigilan ng mga limitadong ideya ang kanilang kalooban.

Maaaring maging malungkot ang buhay at maging mapanglaw ang kapaligiran; maaaring lumitaw ang mga kahirapan at maaaring mawala ang mga pagkakataon nang hindi napapansin. Ngunit magingat sa pag-amin ng pagkabigo o pagsasabi sa iyong sarili, "Tapos na ang lahat para sa akin, pinabayaan na ako ng Diyos." Dahil kung gagawin mo iyon, sisirain mo ang iyong sarili, at walang makakatulong sa iyo sa panahong iyon.

Maaaring itakwil ka ng iyong pamilya, maaaring iwanan ka ng magandang kapalaran, maaaring iwan ka ng mga kaibigan, at ang mga puwersa ng sangkatauhan at kalikasan ay maaaring magsabwatan laban sa iyo. Ngunit hangga't mayroon kang pananampalataya sa Diyos at isang matibay na kalooban, maaari mong itaboy ang mga pag-atake ng kapalaran at makatiis sa mga paghihirap tulad ng isang matibay na bato na binabasag ng nagngangalit na mga alon, at maglakad nang may matatag na mga hakbang at ulong nakataas, gaya ng nararapat sa mga marangal na lalaki at babae.

Kahit na matalo ka nang isandaang beses, subukan muli at magpasiya na malalampasan mo ang mga kahirapan at makukuha ang korona ng kaluwalhatian. Ang pagkabigo ay hindi permanente, at ang pagkabigo ay isang pansamantalang pagsubok. Nais ng Diyos na ikaw ay maging matagumpay at hindi matatalo, at upang lumitaw ang buong kapangyarihan sa loob mo, upang magampanan mo ang iyong marangal na tungkulin sa entablado ng buhay. Maging optimistiko, at makakatagpo ka ng kabutihan, at tandaan, "Tunay nga, sa kahirapan ay may kaginhawahan."

Magkaroon ng pananampalataya sa Diyos at umasa sa Kanyang mga pagpapala

Dahil pagkatapos ng pinakamadilim na gabi ay darating ang buwang-liwayway at liwanag

Ngunit paano mo mahahanap ang papel na babagay sa iyo sa buhay? Kung ang lahat ay gustong maging hari at pangulo, sino ang magiging mga tagapaglingkod at katulong? Ang papel ng hari at ang papel ng tagapaglingkod ay pantay na mahalaga sa dula hangga't matagumpay na nagagampanan ng mga aktor ang kanilang mga papel.

At dahil dito, tayo ay naparito sa mundong ito na may kakaibang mga pagkakaiba, mga hangarin, at mga hilig sa iba't ibang mga gawain at libangan. Nilayon ng Diyos na ang mundong ito ay maging isang kosmikong entablado para sa ating libangan habang tayo ay malayo sa ating makalangit na tahanan. Ngunit nakakalimutan natin ang plano ng banal na direktor at orkestrador ng entabladong ito at nais nating gampanan ang ating mga tungkulin ayon sa inaakala nating nararapat, hindi ayon sa kalooban ng

Diyos. Ito ang dahilan kung bakit nangyayari ang kaguluhang ito, na may kaguluhan at kaguluhan na kumakalat sa buong mundo.

Nabibigo ang mga tao sa entablado ng buhay dahil sinusubukan nilang gampanan ang mga papel na naiiba sa mga orihinal na inilaan para sa kanila. Minsan, ang isang payaso ay mas nakakaakit ng atensyon at paghanga kaysa sa isang hari. Kaya, gaano man kaliit ang iyong papel, gampanan ito sa abot ng iyong makakaya at may malinis na konsensya, at sa paningin ng Diyos, ikaw ay mapabilang sa mga matagumpay.

Kung ang mga papel na ginagampanan natin ay malungkot o trahedya, hindi tayo dapat maghimag sik laban sa buhay sa halip ay palakasin ang ating pananampalataya sa Diyos (At sa bagay na ito, sinabi ng Propeta, sumakanya nawa ang kapayapaan :)

"Hindi magpapadala ang Diyos ng sakit nang hindi niya ibinababa ang lunas nito, kaya't harapin ang paghihirap ng pamamagitan ng pagsusumamo."

(O kaluluwa, huwag kang mawalan ng pag-asa dahil sa matinding paghihirap)

At natitiyak kong ginhawa mula sa Lumikha, ang Diyos ng lahat ng nilikha

Ilang hirap na ba ang dumating at lumipas, tapos biglang naglaho?

Matapos ang epekto nito sa pera at buhay)

**Mga Simponiya sa Espirituwal
Mga kasabihan, tula, payo at pagpapatibay
Guro**



Dapat tayong matuto ng altruismo, dahil ang paghahanap ng kaligayahan sa pamamagitan ng pagpapasaya sa iba ang tunay na layunin ng lahat ng .umiibig sa Diyos, mga mananampalataya sa Kanya

Ang pagdadala ng kaligayahan sa iba ay isang kahanga-hanga at napakahalagang bagay para sa pagkamit ng ating sariling kaligayahan, at ito mismo ay isang kapaki-pakinabang na gawain

May mga taong sarili lang nila ang iniisip, sinasabing, "Ang mahalaga lang sa akin ay ang maging masaya." Ngunit sa kasamaang palad, ang mga taong ito ang hindi kailanman .nakakahanap ng kaligayahan

Hindi maipapayo na hanapin ang personal na kaligayahan habang binabalewala ang kaligayahan at kapakanan ng iba

Ang taong walang pakundangang nagnanakaw ng kabuhayan ng iba ay maaaring yumaman, ngunit hindi siya magiging masaya, dahil ang hinanakit ng iba sa kanya ay .mas nakamamatay kaysa sa nakamamatay na lason

:Ang banal na batas ay nagdidikta ng mga sumusunod

Kapag ang isang tao ay sumusubok na mamuhay nang komportable sa kapinsalaan ng iba, ang iba ay susubukang gawing miserable ang kanilang buhay. Ngunit kung susubukan nilang pasayahin ang iba, kahit na sa kapinsalaan ng kanilang sarili, iisipin ng iba ang kanilang kapakanan at kaligayahan. Kapag iniisip natin ang ating sariling mahahalagang pangangailangan, dapat din nating isipin ang mga pangangailangan ng iba. At kapag nagpapakita tayo ng

pagmamalasakit sa kanila, hangad natin ang kanilang
.kabutihan at kaligayahan

Ang taong altruistiko ay namumuhay nang naaayon sa
kanyang pamilya at sa mundong nakapaligid sa kanya. Ang
taong makasarili naman ay palaging nakakaranas ng mga
.problema, nadadapa, at nawawalan ng kapayapaan ng isip
Kapag napagtanto mo na ang Diyos ay kapayapaan sa

loob mo, mapagtatanto mo na Siya ay kapayapaan at
pagkakaisa sa lahat ng mabubuting bagay sa nilikha, at
makikita mo Siya sa kagandahan ng kalikasan,
mararamdaman ang Kanyang pagiging malapit sa taos-
pusong pagkakaibigan, at mararamdaman ang Kanyang mga
pagpapala sa mga marangal na mithiin at marangal na
layunin na malaya sa makasariling mga layunin.
Mararamdaman mo ang Kanyang presensya sa likod ng mga
belo ng katahimikan at sa lahat ng kamangha-manghang
.bagay

Kumatok nang taimtim sa pinto at ang tabing ay aalisin
at makikita mo ang pinakamaluwalhating mukha sa lahat ng
.karikitan at kadakilaan nito

Kung mahal mo ang Diyos, mararamdaman mo ang
Kanyang pagmamahal at wala nang iba pang
makakapanlinlang sa iyo

Naaakit ka sa mga materyal na karanasan dahil hindi
mo pa natitikman ang espirituwal na kaligayahan, at kapag
.natikman mo na ito, malalaman mo ang pagkakaiba
Maging malaya sa pagpili. Huwag hayaang may
humadlang sa iyo, at huwag hayaang kontrolin ka ng
.sinuman o makialam sa iyong kaligayahan

Ang iyong sarili ay isang hiwalay na bahagi ng kabuuan
ng kosmiko at dapat mong mahanap ang perpektong
kabuuan upang maranasan ang maligayang kamalayan at
.matikman ang mga kasiyahan ng banal na pag-ibig

Karamihan sa mga tao ay hindi kayang lumikha ng kinakailangang balanse sa pagitan ng kanilang praktikal at espirituwal na buhay

Ang taong espirituwal ay nangangailangan ng pera, at ang taong makamundo ay hindi mabubuhay nang maligaya kung wala ang Diyos

Ang espiritista ay gumagawa, at ang kaniyang mga dimasambit na salita ay nagsasabi: Binibigyan ako ng Diyos ng lakas at determinasyon, kaya't pinalalakas Niya ako at .pinagpapala ng Diyos ang kaniyang mga pagsisikap
Ang taong makamundo ay gumagawa rin, ngunit sinasabi niya: Ako ang gumagawa ng lahat ng ito nang magisa, at walang sinuman ang may pabor sa akin, kaya nagdudulot siya ng mga hindi inaasahang resulta sa .kanyang sarili at nahuhulog sa mga panganib

Ang lahat ng praktikal na gawain, maging para sa materyal o espirituwal na layunin, ay dapat na nakabatay sa mga mabubuting prinsipyo at napapailalim sa kontrol ng .konsensya at balanse ng katwiran

Bumaling sa Diyos, alalahanin Siya, at gawin Siyang sentro ng iyong buhay. Tumawag sa Kanya at manalingin hanggang sa gabayan ka Niya at ipakita sa iyo kung paano gumagana ang Kanyang mga batas. Tandaan na ang pagmumuni-muni sa Diyos at ang pagdamay sa Kanyang presensya ay mas mainam kaysa sa isang milyong pagsusuri at paliwanag. Sabihin sa Kanya na hindi mo malulutas ang iyong mga problema nang mag-isa, kahit na mag-isip ka ng trilyong ideya, ngunit posible ang mga solusyon kung ibibigay mo ang mga ito sa Kanyang mga kamay. Humingi muna ng patnubay, at pagkatapos ay isaalang-alang ito mula sa maraming pananaw upang makahanap ng angkop na solusyon. Tinutulungan ng Diyos ang mga tumutulong sa kanilang sarili. Kapag ang iyong isipan ay naging kalmado at puno ng pananampalataya pagkatapos manalingin sa Diyos sa pamamagitan ng pagmumuni-muni, makikita mo ang

tamang solusyon sa iyong problema sa tulong at patnubay
.ng Diyos

Kapag ang paniniwala ng isang tao sa mga espirituwal
na katotohanan at posibilidad ay naging aktwal na
kaalaman, ang taong iyon ay nagiging mas matagumpay at
mas maalam kaysa sa lahat ng mga iskolar sa mundo. Ang
mga dakilang taong nakakakilala sa Diyos ay hindi nalilito o
binabagabag ng mga pagdududa dahil nararanasan nila ang
.Katotohanan, na siyang Diyos

O Panginoon, noong ako'y bulag, wala akong makitang
pinto patungo sa Iyo. Pinagaling Mo ang aking mga mata, at
ngayon ay natutuklasan ko ang mga pintong bukas sa lahat
ng dako—sa mga puso ng mga bulaklak, sa mga tinig ng
mga kaibigan, at sa mga alaala ng marangal at minamahal
na mga pagsubok. Bawat hininga ng aking panalangin ay
nagbubukas ng isang bagong daan patungo sa templo ng
.Iyong sumasaklaw sa lahat ng dako

Ang aking kamalayan ay hindi na nakakulong sa isang
maliit na bote na tinatakan ng tapon ng kamangmangan.
Hindi na ako naglalakad sa gitna ng iyong kosmikong dagat
nang hindi nahahaplos ang tubig ng dagat. Hindi na ako
nananatiling natutulog sa Iyo, O Panginoon, nang hindi Ka
nakikilala o nararamdaman ang Iyong presensya. Ang buong
pagkatao ko ngayon ay nakalubog sa Iyong ganap na
.presensya

Kung ihahambing mo ang lahat ng iyong mga kilos sa
Diyos at susundin ang mga batas ng kabutihan, hindi ka
mabibigo o maliligaw. Tandaan na ang banal na pag-ibig ay
nakakatulong upang magpatawad ng maraming kasalanan.
Kung tunay mong nararamdaman ang pagmamahal sa Diyos
—hindi lamang emosyon, kundi tunay na pagmamahal—ikaw
.ay magiging malaya

Hindi tayo dapat magsumamo sa Diyos nang may
tuyong puso at pagala-gala, sapagkat ang maligamgam na
mga pagsusumamo ay hindi sapat upang makakuha ng

banal na tugon. Ang tugon na iyon ay nakakamit sa
pamamagitan ng taimtim at taos-pusong panalangin na
.nagmumula sa kaibuturan ng puso
Maliban na lang kung isasama ng isang tao ang Diyos sa
kanilang buhay at lumikha ng epektibong balanse, darating
ang mga problema sa kanila anuman ang kanilang
.pamumuhay

O Panginoon, kapag matagumpay kong nalampasan ang
mga pagsubok at pagsubok sa buhay, matatanto ko na ako
ay isang ibon ng paraiso na pumupuri at umaawit ng lyong
walang hanggang mga kababalaghan at ang aking
espirituwal na pagkatao ay tumatagos sa bawat atomo ng
.pag-iral

Ginising at pinalawak ko ang aking munting pag-ibig
upang humalo sa diwa ng unibersal na pag-ibig kung saan
.ang lahat ng umiiral ay nabubuhay at gumagalaw
Sa pamamagitan ng pagtulong sa iba na magtagumpay,
nakakamit ko ang paglago at kasaganaan para sa aking
sarili, at sa kasaganaan at kapakanan ng iba ay
.matatagpuan ko ang aking kaligayahan

Inakala ng mga siyentipiko na ang tubig ay iisang
elemento lamang, ngunit pinatunayan ng mga eksperimento
na ang dalawang hindi nakikitang elemento, ang hydrogen
at oxygen, ay nagsasama-sama upang mabuo ang
tambalang tubig. Gayundin, may mga kamangha-manghang
katotohanan na maaaring maunawaan sa pamamagitan ng
espirituwal na karanasan. Kapag tayo ay tahimik na nakaupo
sa pagmumuni-muni at ang ating mga iniisip ay bumabaling
sa loob, direkta nating nararanasan ang banal na presensya,
at ito ay kahanga-hanga dahil ang mga resulta ay hindi
.panlabas kundi panloob

Habang kumakalat ang mga sinag ng araw, maglalalatag
ako ng mga sinag ng pag-asa sa mga puso ng mga
mahihirap at mga pinabayaan, at magpapaningas ng mga

lampara ng determinasyon at tiwala sa sarili sa mga puso ng
.mga taong nag-iisip na sila ay mga bigo

Sa katahimikan ng gabi at sa kaibuturan ng
katahimikan, sa mga kakahuyan ng kamalayan at malayo sa
abot ng mga pandama, makipag-ugnayan sa Banal na
Minamahal nang may matinding pananabik. Isipin Siya
palagi at kausapin Siya sa wika ng puso at kaluluwa. At
kapag isinuko mo ang iyong puso sa Kanya, lahat ng tabing
na nagtatago sa Kanya mula sa iyo ay mapupunit, at ang
mga takot at ilusyon ay maglalaho, na tanging ang Kanyang
liwanag at ang Kanyang pinakamalaking kagalakan lamang
.ang maiiwan

Marami ang naniniwala na ang kaharian ng Diyos ay
nasa isang sulok ng kalawakan, malayo sa maruming singaw
ng Daigdig, na puno ng mga pag-ugoy ng kasalanan at
paglabag. Nakalimutan nila na ang malawak na kaharian ng
espiritu ay napakalapit. Kapag ang mga umunlad sa
espirituwal ay pumipikit, ang dimensional na Daigdig at ang
nasasalat at nahahalatang materya nito ay naglalaho,
habang ang mga dimensiyon ng kawalang-hanggan ay
lumilitaw sa walang katapusang mga pangitain sa harap ng
.kanilang panloob na paningin

Ang oras na natitipid ng teknolohiya ay dapat ilaan sa
mas malalim na pag-aaral ng buhay. Ang mga praktikal na
aktibidad at pera ay mga paraan upang makamit ang
kagalingan, ngunit hindi dapat malinlang ng mga materyal
na ari-arian o hayaang ang bulag na kasakiman ang mag-alis
.sa kanila ng kagalakan ng pamumuhay

Ginamit ko ang piko ng kalooban at ang asarol ng
determinasyon, hinuhukay ang lupa ng kamalayan, at
natuklasan ang bukal ng puwersa ng buhay. Napagtanto ko
na ako ay iisa sa kosmikong enerhiya. Hindi ako ang
katawan, kundi ang makalangit na karga ng kuryente na
.tumatagos sa katawan

Panginoon, natatanto ko na mayroon akong mahalagang
pagkakataon upang matuklasan ang mga kayamanan ng
kaluluwa na nakatago sa kailaliman ng karagatan ng
kamalayan. Papalitan ko ang mga makamundong pagkakabit
ng mga espirituwal na oryentasyon, at pupukawin ko ang
aking kalooban at lakas upang makamit ang layunin ng
buhay, tiwala na palagi Mo akong tutulungan at bibigyang-
.inspirasyon na gawin ang tama

Hindi natin dapat hayaang kontrolin o diktahan tayo ng
mundong ito, at hindi natin dapat kalimutan na walang tunay
at permanente maliban sa Diyos, at ang tunay na
kaligayahan ay nakasalalay sa ating sariling mga karanasan
.sa Kanya

Sa santuwaryo ng pagmumuni-muni, sinisindihan ko ang
dalawang kandila: ang kandila ng buwang-liwayway at ang
kandila ng aking paggising

Ang mga kahanga-hangang kuwintas ng aking mainit na
pananabik ay nakapalibot sa mga paa ng iyong ganap na
presensya

Ang iyong halimuyak, na nagmumula sa mga bulaklak
ng pag-ibig sa paso ng aking puso, ay tumatagos sa bawat
sulok ng aking buhay

Ang mga anino ng aking mga takot at ilusyon ay
naglaho dahil lamang sa ningning ng Iyong liwanag, O Diyos,
na gumising sa akin magpakailanman mula sa mga
.panaginip ng mortal na buhay

Taglay ang patuloy na pagbabantay at matamlay na
mga matang titig, aking tititigan nang walang tigil ang iyong
walang hanggang mukha, pinagninilayan ang mga katangian

!nito at ang matatamis na ekspresyon na hindi nauulit
Ang sayaw ng buhay at kamatayan ay laging naroroon,
ngunit palalayain ko ang aking sarili magpakailanman sa
pamamagitan ng pagbawi ng aking espirituwal na diwa. At
kapag ang mga bagyo ay nakapalibot sa akin at ang mga

pagsubok ay humarap sa akin, ilalayag ko ang aking bangka
.patawid sa ilog ng buhay patungo sa banal na baybayin
Kapag dumating ang mga paghihirap at kalamidad,
palalakasin ko ang aking determinasyon at hahasain ang
aking kalooban upang malampasan ang mga ito. At hangga't
mabait ang pakikitungo ko sa iba, bibigyan ako ng Diyos ng
.lakas, karunungan, at mahusay na pagpapasya
Ang pagkilala sa Diyos ang una at pinakamahalagang
pangangailangan sa buhay dahil nagdudulot ito ng
kapayapaan sa kaluluwa at katahimikan sa puso. Ang Diyos
ang pampagaling na balsamo para sa lahat ng ating sakit at
problema, ang solusyon sa lahat ng ating problema, at ang
katuparan ng lahat ng ating pangangailangan. Ang mga
bagay na hinahangad ng ating mga puso—pag-ibig,
katanyagan, karunungan, at kasaganaan—matatagpuan
natin ang lahat ng ito sa Diyos, ang pinagmumulan ng lahat
.ng kabutihan at pagpapala
Ang lahat ng karanasan ay nasusukat sa kakayahang
tumanggap at umunawa, kaya't mapapabilis ko ang aking
pag-unlad sa pamamagitan ng malay na pagpapatindi ng
lahat ng aking mga karanasan nang may kapangyarihang
.magpokus
Nararamdaman kita sa kaibuturan ng aking mga iniisip,
nararamdaman ko ang iyong presensya sa aking
pinakamalalim na damdamin, at nakikita kitang
.namumulaklak sa hardin ng aking pag-ibig
Punuin mo ako ng bango ng iyong presensya, upang
aking masiyahan sa iyong pinagpalang aroma
Halika sa akin mula sa kabila ng kalangitan, mga bituin,
mga iniisip, at mga damdamin. Ipakita mo sa akin ang iyong
pinakabanal na mukha at hayaan mong madama ko ang
iyong presensya sa aking kaluluwa, sa aking paligid, at sa
.lahat ng dako
Hinanap kita sa lahat ng panahon, sa mga landas ng
mga hangarin at ambisyon, at ngayon ay napagtanto ko na

ikaw ay nananahan sa aking kaluluwa at nagbibigay-
.inspirasyon sa aking pinakabanal na damdamin
Huwag ka nang magtago sa akin sa likod ng mga
bulaklak ng damdamin, kaisipan, at pintig ng kaluluwa
Palamutihan mo ang aking kaluluwa ng mga hiyas ng
lyong karunungan, at hingan mo ako ng mga simoy ng lyong
kaligayahan, at alisin mo sa akin ang kadiliman na nagtakip
.sa lyo mula sa aking paningin at pang-unawa
O Ikaw na nasa kabila ng mga bituin at bughaw na
langit, at lampas sa mga patong ng atmospera at lahat ng
nilalang at pag-iral, tanggapin mo ang mga bulong ng aking
pag-ibig at ilubog ang aking pagkatao sa lyong pag-ibig, sa
.lyong liwanag at sa lyong kapayapaan
Ang landas ng buhay ay ganito: sa isang banda ay
naron ang madilim na lambak ng kamangmangan, at sa
kabilang banda ay naron ang walang hanggang liwanag ng
.karunungan
Ang mga balakid sa espirituwal na paglago ay ang
pagkamakasari, pagmamataas, kasakiman, galit, at iba pa.
Ang mga madilim na katangiang ito ay humahantong o
nagtutulak sa isang tao sa isang mas malalim na
.kamangmangan kaysa sa taglay na nila
Gayunpaman, ang pagsunod sa banal na kalooban ay
humahantong sa kalayaan at nagkakaloob ng kaligayahang
hinahanap ng tao sa labas ng kanyang sarili, kahit na ito ay
.umiiral sa loob niya
Maaaring hindi sumikat ang araw ng mga kanais-nais na
pagkakataon sa aking landas, at maaaring maging
abandonado, madilim, at puno ng mga pagsubok at
paghihirap ang landas, ngunit gagawin ko ang aking
makakaya upang harapin ang mga hamon at makaahon
mula sa kadiliman ng mga problema, batid sa aking puso na
ang banal na liwanag ay gagabay sa akin at sisikat nang
.maliwanag sa aking landas

Ang lahat ng aking lakas ay hiniram sa Iyo, Panginoon,
at ang buhay ko ay walang halaga o pag-iral kung wala ang
Iyong karunungan at kapangyarihan Kay dakila Mo, at kay liit
!ko

Hindi tayo laging may dahilan para ipagmalaki ang ating
sarili bilang mga tao, ngunit hindi natin dapat hayaang
panghinaan tayo ng loob ng ating mga pagkakamali. Dapat
nating laging tingnan ang magandang bahagi ng ating mga
pagsubok, matuto mula sa ating mga pagkakamali, at
.bumaling sa Diyos anuman ang mangyari sa atin
Dahil ang Diyos lamang ang tanging perpekto sa lahat
ng bagay, susubukan kong suriin ang karunungan sa
kamangmangan, hanapin ang kagalingan sa gitna ng
kahinaan, at madama ang katahimikan sa gitna ng
.kalituhan

Ang Diyos ay nasa aking kaluluwa at nakapaligid sa
akin, binabantayan at binabantayan ako, kaya't aking
itatapon ang mga ulap ng takot na tumatakip sa liwanag ng
.Kanyang gabay na liwanag sa abot-tanaw ng aking buhay
Panginoon, huwag mo akong hayaang punahin nang
malupit ang aking mga kaibigan. Ngunit kung hihingi sila ng
aking payo upang mapabuti ang kanilang sarili, hayaan mo
akong mag-alok ng mga mapagpakumbabang mungkahi
batay sa Iyong patnubay at inspirasyon. Nang may
kahinahunan at pagmamahal, malaya sa pamimilit at
pamimilit, tulungan mo akong akayin ang mga natitisod
patungo sa Iyo. Gabayan mo ang aking pang-unawa at lakas
upang aking mabago ang mga madilim na kalikasan tungo
sa mga naliwanagang alagad na sumasalamin sa liwanag ng
.Iyong karunungan

Ngayon ay itatanim ko ang mga binhi ng karunungan,
kalusugan, kasaganaan, at kaligayahan sa hardin ng aking
buhay at magpapasalamat ako sa Diyos kapag natupad ang
.hiling ng aking puso

Lilinin ko ang aking isipan sa pamamagitan ng pag-iisip na ang Diyos ang namamahala sa bawat isa sa aking mga gawain

Ngayon ay magsisikap akong ipakita ang kapayapaan at balanse sa aking buhay sa pamamagitan ng aking mga iniisip, salita, at kilos, at itutuon ko ang lahat ng aking lakas at kalooban upang makamit ang pagkakaisa sa banal na .kalooban

O Ikaw na naghahari sa trono ng aming mga puso, nagkakaisa sa iyong pag-ibig, tanggapin ang aming mga pananabik at ang paghahangad ng aming mga kaluluwa. Pagpalain mo kaming lahat, alisin ang mga balakid sa aming landas, at iwaksi ang kadiliman ng kamangmangan sa loob .namin

Nawa'y sumikat ang iyong gabay na liwanag sa aming mga landas. Gisingin ang aming mga isipan at pasayahin kami sa iyong kalapitan, at iparamdam sa amin na ikaw ay .laging kasama namin

Maging tapat sa iyong sarili. Hindi tapat sa iyo ang mundo dahil mahilig ito sa pagkukunwari. Kapag naging tapat ka sa iyong sarili, matatagpuan mo ang landas tungo .sa panloob na kapayapaan

Mabuhay lamang sa kasalukuyan, hindi sa hinaharap.

Gawin ang iyong makakaya ngayon at huwag mag-alala .tungkol sa bukas

Panginoon, lahat ng materyal na layunin na pinagsisikapan ng tao ay nagdudulot lamang ng bahagyang kagalakan, kahit na ang lahat ng mga ito ay koronahan ng tagumpay. Ngunit sa pamamagitan ng paghahanap sa Iyo, Panginoon, mahahanap ko ang pinagmumulan ng ganap at .pangmatagalang kaligayahan

Ang mga materyal na bagay na nagbibigay ng kasiyahan ay nananatili sa labas ng pag-iisip; ang mga ito, kasama ang mga kasiyahang iniaalok nito, ay nakakatagpo

ng daan patungo sa pag-iisip sa pamamagitan ng ilusyon at
.imahinasyon

Kung tungkol naman sa dalisay na kagalakan, na siyang
esensya ng ating mga kaluluwa, ito ay makakamit sa
pamamagitan ng maayos na pag-iisip, at ito ay malapit sa
.atin at abot-kaya natin

Kapag nawala ang mga panlabas na sanhi ng
kasiyahang pandama, ang pansamantalang kaligayahang
nagmumula sa mga ito ay mawawala rin kasama nila, ngunit
ang panloob na kagalakan ng kaluluwa ay hindi maglalaho
kung alam ng isang tao kung paano makibagay dito, o kung
hindi niya sadyang ikinukulong ang kanyang mga iniisip sa
pabagu-bagong materyal na mga bagay at sa gayon ay
.nagiging malungkot

Ang kagalakan ng kaluluwa, na siyang kaligayahan ng
Diyos, ay patuloy na nagbabago at walang hanggan
Ngayon ay hihingi ako ng kapayapaan at kaligayahan sa
aking kalooban, at pananatilihin ko ang kuta ng aking
karunungan na babantayan ng kalooban, kapayapaan, at
pagmamahal, at magpapasalamat ako sa Diyos at iaalay sa
Kanya ang pasasalamat ng aking kaluluwa at ang mga
.panibagong pananabik ng aking puso
Ang mawawala sa akin sa mundo ay hindi mawawala sa
aking kaluluwa

Lagi akong titingin nang may tiwala at
pananampalataya sa banal na bituin ng gabay na hindi
.kailanman lumulubog sa langit ng aking buhay
O Panginoon, pagpalain Mo po ang aming mga isipan
upang ipaalala nito sa amin ang Iyong kaligayahan,
pagpalain Mo po ang aming mga damdamin upang madama
nito ang Iyong pagmamahal, pagpalain Mo po ang aming
mga hangarin upang manabik ito sa mga bagay na
nakalulugod sa Iyo, pagpalain Mo po ang aming mga
ambisyon upang mag-udyok ito sa amin na ituloy ang lahat
ng mabuti at marangal, at hayaan Mo po kaming

mapagtanto na Ikaw ang tunay na kaligayahang hinahangad
.ng aming mga puso at hinahanap ng aming mga kaluluwa
Alam ko na ang aking mga iniisip ay magdudulot sa akin
ng pagkabigo o tagumpay, depende sa kung aling ideya ang
pinakamalakas sa aking isipan. Kaya, gagawin ko ang aking
makakaya upang tandaan na ang Diyos ay kasama ko,
tinutulungan at binibigyang-inspirasyon ako na mag-isip
.nang malinaw

O Panginoon, sa salamin ng katahimikan, nakikita ko
araw-araw ang mukha ng kapayapaan, ang iyong mukha at
araw-araw ay magsisikap akong gisingin ang iyong
.pagmamahal at kapayapaan sa ilang mga puso
O kosmikong ina, pupulutin ko ang mga bituin mula sa
mga hardin ng gabi at iaalay ang mga ito bilang regalo ng
pagmamahal sa iyo. Sa tuwing tititigan ko ang iyong
nagniningning na mukha sa kabilugan ng buwan, ang iyong
malambing na mga ngiti ay nagpapawi ng aking mga
.alalahanin at naghuhugas ng aking mga kalungkutan
:para makasiguro

Aalisin ko ang kamangmangan at aalisin ang mga
konseptong may depekto, at babangon ako mula sa silong
ng makikipot na abot-tanaw at limitadong mga pananaw
.tungo sa kalayaan ng pag-ibig at habag ng tao
Ang presensya ng Diyos ay higit na kitang-kita sa mga
taong may mabubuting puso at espirituwal na hilig na
nagmamahal sa Kanya at hindi Siya kailanman nalilimutan.
Kapag dumarating ang mga bagyo at dumadagundong ang
mga alon ng kahirapan, maaari nilang patnubayan ang
bangka ng kanilang buhay patungo sa ligtas na baybayin ng
.banal na proteksyon

Taglay ko ang kapangyarihan ng malikhaing espiritu at
nakikipag-ugnayan sa pangkalahatang kaisipan, at alam
kong ginagabayan ako ng Diyos at tinutulungan akong
.malutas ang lahat ng bagay at problema

O aking minamahal na Diyos, na may bukas na mga
mata at mata ng aking isipan ay makikita kita, at
sasambahin kita nang may buong pananabik at debosyon, at
iisipin kita habang ginagampanan ang aking mga tungkulin,
at tatawag ako sa iyo gamit ang wika ng puso at bulong ng
.kaluluwa

Maaaring likas sa isang tao ang matakot sa sakit o
maniwala na hindi na sila gagaling. Sa kasong ito, dapat
silang magkaroon ng malusog na pamumuhay na hahantong
sa pisikal at moral na kagalingan, at dapat din silang
manalangin para sa mas matibay na pananampalataya sa
kapangyarihan ng Diyos na magpagaling. Kung naniniwala
silang sila ay isang bigo at hindi maaaring magtagumpay sa
anumang larangan, dapat nilang tiyakin na gagawin nila ang
lahat ng kanilang makakaya upang makamit ang tagumpay
.na kanilang minimithi

Ang pakikipag-ugnayan at pakikipag-usap sa mga
nagmamahal sa Diyos ay nagpapalusog sa ating mga
pananabik, nagpapakalma sa ating mga puso, at
nagpapataas ng ating antas ng kamalayan
Pagpapasya sa sarili

Ngayon ay iisipin ko ang Diyos na nagbigay sa akin ng
buhay, dahil ang pagtutuon ng pansin sa mga materyal na
bagay habang lubusang binabalewala ang Diyos ay
magdudulot lamang ng materyal na paghihirap at
.espirituwal na kalungkutan
:para makasiguro

Ngayon ay tutulungan ko ang aking sarili upang
magamit ko nang husto ang mga kapangyarihang
ipinagkaloob sa akin ng Diyos, at hihilingin ko sa Diyos na
tulungan ako, pagpalain ang aking mga pagsisikap, at
.pagkalooban sila ng tagumpay

Kapag ang kalooban ng tao ay ginagabayan ng
pagkakamali, nilililang at inililigaw tayo nito; ngunit kapag
ginagabayan ng karunungan, iniaayon tayo nito sa banal na

kalooban. Kadalasan, ang kalooban ng tao ay sumasalungat sa mga banal na layunin, na nagiging sanhi ng pagkawala ng espirituwal na patnubay na tumutulong sa atin na maiwasan ang pagkahulog sa kailaliman ng pagdurusa at mga patibong .ng paghihirap

Gagamitin ko ang bawat kakayahan o talento na taglay ko sa paggawa ng lahat ng bagay na nakalulugod sa Diyos at .naglilingkod sa sangkatauhan

Mapanganib ang hindi kumpletong kaalaman, dahil maaari nitong humantong sa naghahanap na maging mayabang at makasarili, na magpapahinto sa seryosong paghahanap at malalim na pagsisid sa kaluluwa. Tanging ang mga malaya sa damdamin ng kahalagahan sa sarili ang lalago sa biyaya at espirituwalidad hanggang sa mapalapit sila sa Diyos. Sa katunayan, ang mga taimtim na mananamba ay malaya sa kapalaluan at malayo sa .pagmamataas at pagkukunwari

Kapag kilala ng isang tao ang kanyang sarili at naaantig ang kanyang espirituwal na diwa, nakakaramdam siya ng panloob na kagalakan na kasama niya sa lahat ng karanasan .sa buhay at sa ilalim ng lahat ng mga pangyayari

Ngayon ay gigisingin ko ang diwa ng inisyatiba at bubuksan ang kakayahang magtagumpay, batid na ang pinagmumulan ng lahat ng malikhaing puwersa at ang bukal .ng lahat ng kaalaman ay laging kasama ko

Napagtanto ko na ang kapangyarihan ng Diyos ay walang hanggan at binigyan Niya ako ng lakas upang malampasan ang mga kahirapan ng buhay na aking kinakaharap at malampasan ang lahat ng mga balakid na .humahadlang sa aking daan

Panahon na para ibaling natin ang ating mga puso at isipan sa Diyos upang sa kalaunan ay makarating tayo sa ating makalangit na tahanan kung saan tayo ay makakatagpo ng kapahingahan mula sa mga alalahanin at .kalayaan mula sa sakit

Umaabot tayo sa pagtanggap ng mga kaloob ng Diyos
na buhay, sikat ng araw, pagkain, at lahat ng iba pa Niyang
mga pagpapala, ngunit sa kabila ng Kanyang masaganang
mga biyaya na ipinagkakaloob Niya sa atin, kakaunti lamang
!ang nakakaalala sa Kanya

O Diyos ng pangkalahatang batas, hayaan Mo akong
isuot ang aking mga peklat, na isinilang ng mga kalamidad,
bilang karapat-dapat na mga badge mula sa pinagpalang
.mga kamay ng Iyong katarungan

Nawa'y ang aking pang-araw-araw na paghihirap ay
magsilbing panlunas sa mga ilusyon at alisin sa akin ang
pag-asang makamit ang pangmatagalang kaligayahan sa
.mundo

Sana ang mga luhang ibinuhos ko dahil sa kalupitan ng
iba ay maghugas ng ilan sa mga nakatagong dumi sa aking
.isipan

Sana'y ang bawat matalim na suntok mula sa mga piko
ng kaguluhan ay magbukas ng mga bagong kaibuturan sa
aking kalooban

Ang banal na pananabik ay dapat maging parang isang
malalim na karagatan na lumulubog sa karagatan ng mga
espirituwal na pananaw. Ang mga taong ang panloob na
pananaw ay nabuksan sa pamamagitan ng pagmumuni-muni
ay nakakaramdam ng presensya ng Diyos sa kanilang mga
.puso

Panginoon, tulungan Mo akong baguhin ang aking
kamalayan mula sa mga limitasyon at mahihinang kaisipan
tungo sa tiyak na kaalaman na Ikaw ay laging kasama ko,
sumusuporta sa akin at nagbibigay-inspirasyon sa akin ng
.magagandang kaisipan at kahanga-hangang pananaw

Panginoon, tulungan Mo akong baguhin ang aking
kamalayan mula sa mga limitasyon at mahihinang kaisipan
tungo sa tiyak na kaalaman na Ikaw ay laging kasama ko,
sumusuporta sa akin at nagbibigay-inspirasyon sa akin ng
.magagandang kaisipan at kahanga-hangang pananaw

Panginoon, hayaan Mo akong alalahanin Ka - nang
pantay - sa hirap at ginhawa, sa sakit at kalusugan, sa
kamangmangan at karunungan
Pananatilihin kong nagliliyab ang alaala ng aking pag-
ibig sa Diyos at ang aking pananabik sa Kanya
magpakailanman, upang sa liwanag na iyon ay masulyapan
.ko ang Kanyang napakagandang mukha
Kapag ang ngiti sa mukha ay ganap na naaayon sa ngiti
sa puso, ang ngiti ng kaluluwa ay nagniningning
O aking minamahal na Diyos, sasambahin kita sa umaga
ng paggising, sa hapon ng aktibidad, sa takipsilim ng
.katandaan, at sa gabi ng huling pamamaalam
Gamit ang mga himig ng aking panloob na pandama,
ngayon ay itutuon ko ang aking espirituwal na radyo sa mga
frequency ng kosmikong pagsasahimpapawid upang mawala
ang ingay ng pagkabalisa at makikinig sa himno ng banal na
.pag-ibig
Kahit ang mga pinaka-deboto ay minsan iniisip na hindi
sinasagot ng Diyos ang kanilang mga panalangin, ngunit
tahimik Siyang sumasagot at ayon sa espirituwal na batas.
Ang panalangin ay dapat na taos-puso, dalisay ang
intensyon, at may layunin upang makatanggap ng isang
.pinagpalang tugon
Panginoon, hayaan Mo akong mag-alay ng balsamo ng
kapayapaan sa mga pusong nasasaktan, upang sila'y
makatagpo ng matamis na ginhawa sa Iyo. Gawin Mo akong
biglaang sinag ng araw para sa lahat ng nalulungkot na
kaluluwa, isang nagbibigay-buhay na ulan para sa mga tuyot
.na isipan, at isang kaloob ng kabaitan sa mga taong inaapi
Ang isang matagumpay na pagsisimula tungo sa
kaligayahan ay nangangailangan ng wastong pamumuhay,
matinong pag-iisip, espirituwal na oryentasyon, at malalim
.na pananampalataya sa Diyos

Ang buhay na walang espirituwal na kagalakan ay isang
buhay na walang kabuluhan, walang kinang, at ang mga
.pasanin nito ay nakakapagod at mabigat
Lumayo sa ingay at kaguluhan ng mundo tuwing
maaari, at maghanap ng mga tahimik na lugar kung saan
maaari kang mag-isa at mag-isip tungkol sa Diyos
Saanman nananatili ang kadiliman ng hindi
pagkakaunawaan at alitan, doon ko ilalatag ang liwanag ng
.aking pagmamahal at kapayapaan
Kakaiba ang mundong ito, dahil ang lahat ng bagay dito
ay napapailalim sa pagbabago at pagbabago, at dahil dito,
hindi dapat iangkla ng isang tao ang bangka ng kanyang
.kaligayahan sa mga baybayin ng mundong ito
Nabubuhay tayo sa isang kamangha-manghang mundo.

Ang mga taong ang tanging layunin sa buhay ay kumain,
uminom, magsaya, at matulog ay walang tunay na ideya sa
.mga kamangha-manghang bagay sa buhay ng tao
O Panginoon, gabayan Mo po ang mga agos ng aming
mga kagalakan upang hindi ito mawala sa buhanginan ng
.panandaliang mga kasiyahang pandama
Huwag nating hayaang matuyo at maglaho ang ating
mga daluyan ng habag sa mga tigang na disyerto ng
.pagkamakasariili

Hayaang ang mga daluyan ng aming mga emosyon ay
humalo sa walang hanggang lawa ng iyong pag-ibig
Nawa'y lumawak ang mga ilog ng aming buhay at
tumaas ang antas ng kanilang tubig kasabay ng
masaganang ulan ng iyong mga pagpapala, at nawa'y
makatawid sila sa malawak na kapatagan ng empatiya,
sakripisyo, at pagsasaalang-alang sa damdamin ng iba,
upang sa wakas ay dumaloy ang mga ito - dalisay at
.malinaw - patungo sa Iyong pinagpalang dagat
Sinumang nagdarasal para sa tagumpay at kasabay nito
ay nagsasabi sa kanyang sarili, "Sa palagay ko ay hindi ako
.magtatagumpay," ay hindi magtatagumpay

Ang panalangin ay dapat ialay nang may maalab na
pananampalataya at mapagpakumbabang puso upang ang
mga banal na liwanag ay sumikat at ang mga pagpapala ng
.langit ay bumaba

Kung paanong imposibleng magsalita sa isang sirang
telepono, imposible rin para sa isang tao na epektibong
maiparating ang kanyang mga panalangin gamit ang isang
aparatong pangkaisipan na napinsala ng mga martilyo ng
pagkabalisa, pag-aalala, kawalang-kasiyahan, at
.pagkahumaling sa mga panandaliang bagay

Sa pamamagitan ng malalim na katahimikan at tahimik
na pagkakasundo na may pino at nakabubuo na mga
bibrasyon, ang aparatong pangkaisipan ay maaaring maayos
at maisaayos upang ang espirituwal na kapangyarihan ng
pagtanggap nito ay maparami, at sa gayon ay nagiging
posible na maiparating ang mga taos-pusong mensahe sa
Diyos nang mahusay at epektibo at makakuha ng isang
pinagpalang tugon mula sa Nakakarinig sa Lahat, ang
.Tumutugon

Lumangoy at lumutang sa walang hanggang karagatan
ng kapayapaan at kaligayahan na lampas sa mga pangarap
sa loob ng iyong sarili

O Kataas-taasang Lumikha

Ang mga nagniningning na bituin sa langit, ang mga
bundok, at ang naglililyab na hurno ng araw ay ilan sa mga
.ekspresyon at manipestasyon ng iyong ganap na presensya

Madaling matagpuan ang Diyos sa pamamagitan ng
patuloy na pagninilay-nilay sa Kanya, isang taos-pusong
pagnanais na makilala Siya, at taos-pusong pagsusumamo
sa Kanya. Siya ang pinakadakilang kayamanan na karapat-
.dapat hanapin at tuklasin sa kaluluwa

Kapag ang posporo ng nag-aalab na pananabik ay
itinama sa dingding ng kaluluwang nananabik, ang apoy ng
.banal na pag-ibig ay isinisilang sa puso ng naghahanap

O Panginoon, ang mga magagandang bagay ay
magaganda dahil humiram ang mga ito ng kagandahan mula
sa Iyong kagandahan, na higit na maganda kaysa sa lahat
ng nakikitang kagandahan, maging sa kalikasan o sa mga
.tao

Kahanga-hangang mahalín ang Diyos at mahalín ang
Kanyang mga lingkod. Kapag nasumpungan natin Siya,
nadarama natin ang Kanyang pagmamahal sa lahat. Walang
kapangyarihang hihigit pa sa kapangyarihan ng pag-ibig sa
.sansinukob

Kapag ang dalawa o higit pang tao ay naging
magkaibigan habang buhay, ito ay isang pagpapahayag ng
.dalisay na pag-ibig o pagkakaibigan ng kaluluwa
Panginoon, ipagkaloob mo sa akin ang kagalakan ng
pagiging malapit sa Iyo upang maibahagi ko sa lahat ang
pinakadakilang kagalakang iyon, at hayaan mong makita ko
ang Iyong liwanag, na ang tanawing ito ay nagpapagaling sa
.puso at nagpapaalis ng anino ng mga alalahanin
Hayaan mong makatakas ang aking minamahal na ibon
mula sa hawla ng mga paghihigpit na ipinataw ng sarili at
pumailanglang sa kaharian ng kalayaan, inaawit ang awit ng
kaluluwa, na ang alingawngaw ay umaalingawngaw sa lahat
.ng mapagmahal na puso at magkakasundong isipan
Nawa'y ang mga simoy ng aming espirituwal na
pananaw ay magdala ng halimuyak ng aming mga
pagsusumamo at ng bango ng aming lumalaking pananabik
.para sa Iyo, O Panginoon

Kapag may gusto ako, masaya ako kapag nakuha ko ito,
at masaya ulit ako kapag naibigay ko ito sa iba
Hindi tinutugon ng Diyos ang mga maligamgam na
panalangin, ngunit tiyak na lumalapit Siya sa mga taong
taos-puso at taos-pusong nananalangin sa Kanya at
tumatawag sa Kanya nang may mga pusong umaapaw sa
.pananampalataya

Ang mga positibong tuntuning dapat sundin ay
kabaitan, katapatan, pagmamahal sa iba, pagsusuri ng mga
.intensyon, at pagpipigil sa sarili

O Panginoon, buksan Mo ang mga usbong ng aming
mga puso at hayaang ang halimuyak ng pag-ibig na
nakaimbak sa aming mga puso ay pumailanglang sa mga
.pakpak ng pananabik na makatagpo Ka

Ipadala Mo, O Panginoon, ang mga sinag ng araw ng
Iyong karunungan upang gabayan ako sa mga araw ng aking
masasayang gawain, at ang liwanag ng buwan ng Iyong awa
.tuwing ako'y lumalakad sa madilim na gabi ng kalungkutan

Ang mababango at namumulaklak na mga ideya ay
lumalaki at nabubukadkad mula sa mga buto ng taos-pusong
mga pagsusumamo at dinidiligan ng hamog ng
.nakakapreskong mga damdaming nagmumuni-muni

Kapag kinalimutan natin ang maliit na sarili sa
pamamagitan ng pakikipagpalitan ng mga palakaibigang
serbisyo, lalawak ang ating kamalayan at makikita natin ang
nag-iisang dakilang sarili na gumagawa sa pamamagitan
.natin

Ang tunay na pagkakaibigan ay ang liwanag na
magagamit natin upang magtulungan sa mga landas ng
buhay

Marami akong nakikitang kalupitan, kalupitan, at
kawalang-bahala sa mga damdamin sa mundong ito, at wala
akong makitang dahilan para dagdagan pa ang mga pag-
uugaling iyon. Kung gagawin ko iyon, masasaktan ko ang
.aking sarili

Maglayag sa iyong nagmumuni-muni na bangka sa
magulong tubig ng kalituhan sa pag-iisip at mga pang-abala
sa pandama

Pinararami ng kalungkutan ang kalungkutan, at ang
pinakamabisang lunas para sa kalungkutan ay ang paghipo
sa banal na presensya na umaaliw sa kaluluwa at
.nagpapasaya sa isipan

O Banal na Manggagamot, palayasin Mo ang sakit sa
aming mga katawan, palawakin Mo ang abot-tanaw ng
aming mga isipan at palayain ang mga ito mula sa kahinaan
at kahinaan, at palayasin Mo ang kadiliman sa aming mga
kaluluwa gamit ang nagniningning na liwanag ng Iyong
.presensya

Ang landas patungo sa Diyos ay nababalutan ng
katapatan, katapatan, katatagan, tiyaga, pokus,
pagmamahal, pananabik, determinasyon, at
.pananampalataya

Kapag ang mga pamamaraan ng tao ay napatunayang
hindi sapat at hindi epektibo, dapat tayong bumaling sa
Diyos na Makapangyarihan at humingi ng tulong sa Kanya
Ako lang ang may pananagutan sa aking mga kilos at
pag-uugali dahil walang ibang tatanungin o papanagutin
.para sa mga ito

Kapag ang araw ng banal na biyaya ay sumisikat sa
abot-tanaw ng ating buhay, ang mga pagpapala ay sagana
.at ang mga limitasyon ay nawawala

Mula sa balon ng katahimikan, ilalabas ko ang dalisay at
malinaw na tubig ng banal na karunungan upang mapawi
.ang aking espirituwal na uhaw

Pinutol ko ang mga kable ng aking isipan mula sa
makitid at maliit na bahagi ng mga pandama at ikinonekta
ang mga ito sa mundo ng walang katapusang espirituwal na
pananaw, at napagtanto ko na nabubuhay ako sa liwanag ng
Diyos na bumabalot sa akin at tumatagos sa bawat atomo
ng aking pagkatao, at ang aking kaluluwa ay napuno ng pag-
.ibig at kapayapaan ng Diyos

Sa salamin ng espirituwal na katahimikan, makikita ko
ang mukha ng Diyos

O Panginoon, ihayag mo sa akin ang lihim ng aking pag-
iral, at tulungan mo akong madama ang Iyong patuloy na
.presensya sa loob ko at sa paligid ko

Mula ngayon ay sisikapin kong kilalanin ang Diyos nang
hindi napapabayaang ang aking mga makamundong
tungkulin, na aking ginagampanan upang Siya ay
.mapalugdan

Araw-araw kong dinidiligan ang mga butong itinanim ng
Diyos sa lupa ng aking kaluluwa, at nang sumikat ang araw
ng Kanyang awa sa mga ito, ang mga buto ay sumibol,
lumaki, at nagbunga ng isang pinagpalang ani ng kasiyahan
.at kasiyahan

Minsan, isa sa mga tauhan ng Diyos ay naliligo sa ilog
nang may dumating na isa pang lalaki at nagsimulang
hugasan ang kanyang kabayo malapit sa matuwid na
lalaking iyon, sinasadya at walang ingat na binuhusan ito ng
tubig. Nagalit ang mga alagad ng santo at nais nilang
hampasin ang mananalakay at palayasin siya, ngunit
sinabihan sila ng kanilang guro na huwag nilang gawin iyon,
.kundi hayaan na lamang siya

Bigla, sinipa ng kabayo ang amo nito, nabasag at
natanggal ang ilan sa mga ngipin nito. Mapagmahal na
nilapitan siya ng mabuting lalaki at sinimulang alagaan at
pagalingin. Mahigpit na batas ng kalikasan, hindi ang santo,
.ang nagparusa sa makasalanan

Ang Diyos at ang Kanyang mga batas sa lahat ng dako
ay walang pagod at patuloy na kumikilos upang alisin ang
kawalang-katarungan sa lahat ng nagtitiwala sa Diyos,
humihingi ng Kanyang tulong, at tumutulong at naghihikayat
.sa isa't isa sa mga landas ng buhay

Napagtanto ko na ang aking trabaho sa mundong ito ay
humahantong sa paglago ng sarili hangga't sinisikap kong
tuklasin ang lahat ng posibleng posibilidad at makinabang
.mula sa mga ito

Ang kapayapaan ay tanda ng ispiritwalidad. Kaya
naman, susukatin ko ang aking ispiritwalidad sa dami ng
.kapayapaang nararamdaman ko sa aking sarili

Panginoon, hayaan Mo akong mapagtanto na ang Iyong
karunungan ang nagpapanatili sa aking pang-unawa, at ang
Iyong presensya sa lahat ng dako ay laganap sa aking
.buhay

:para makasiguro

Sa pamamagitan ng pagpapanatili ng aking kalusugan
at sigla, at sa pamamagitan ng pagsunod sa mga moral na
pagpapahalaga, natutulungan ko ang sangkatauhan sa
pamamagitan ng aking pamumuhay

Noong ako'y bulag, wala akong mahanap na kahit isang
pinto patungo sa iyo, ngunit ngayong binuksan mo na ang
aking mga mata, nakakahanap ako ng mga pinto sa lahat ng
.dako

Sa pagsikat ng iyong maningning na anyo, ang mga
rosas ng aking pananabik ay mamumulaklak sa hardin ng
aking puso, at hahabihin ko ang isang korona mula sa mga
.rosas na iyon at ilalagay ito sa iyong pinagpalang pintuan

O Panginoon, habang ang mga sinag ng Iyong pag-ibig
ay sumisikat sa aking espirituwal na espasyo, ang hamog ng
kamangmangan ay naglalaho at ang mga ulap ng kawalan
ng katiyakan ay naglalaho

O bukal ng liwanag, nakatago ka sa likod ng mga pader
ng kosmikong sinag. Buksan mo ang bintana ng aking
.paningin upang makita kitang nabubuhay sa lahat ng dako
Hihilingin ko ang kaligtasan at seguridad una sa lahat at
sa lahat ng oras sa pamamagitan ng patuloy na pag-iisip na
.ako ay laging nasa ilalim ng proteksyon ng Diyos

Mahal kong Diyos, kung ako'y lumihis sa tamang landas,
hawakan mo ang aking kamay at gabayan mo ako pabalik
dito. Kung ako'y nabibigo, tulungan mo akong
magtagumpay. At higit sa lahat, kung ako'y mangmang,
.tulungan mo akong magtamo ng karunungan

Ang paggawa ng matatag na desisyon na maging
masaya ay makakatulong sa iyo. Huwag hintaying magbago
ang mga pangyayari, na iniisip na ang iyong mga problema

ay naroon lamang. At huwag hayaang maging nakagawian
na lamang ang kalungkutan sa iyong buhay, dahil baka
negatibong makaapekto ito sa iyo at sa mga nakapaligid sa
iyo. Kung masaya ka, ito ay isang biyaya para sa iyo at sa
iba; kung mayroon kang kaligayahan, mayroon ka ng lahat,
at ang iyong kaligayahan ay nangangahulugan na ikaw ay
.naaayon sa Diyos

Ang ginawa natin kahapon ang nagtatakda ng uri ng
ating kasalukuyang mga araw, at ang mga kilos natin
ngayon ang magtatakda kung ano ang magiging hitsura ng
ating kinabukasan

Ang kamangmangan ay dapat munang lipulin sa loob
natin, at ang presensya nito ay mawawala sa labas natin
Lahat ng panandaliang kasiyahan at pansamantalang
ambisyon ay ginagamit ko bilang isang bungkos ng mga
patpat upang paningasin ang walang hanggang apoy ng
.banal na kaalaman

Ipakikilala ng Diyos ang Kanyang sarili sa akin kung ang
aking pag-iisip tungkol sa Kanya ay mas malakas kaysa sa
mga nakakaabala na kaisipan at lahat ng pang-abala sa
isipan

Pupunuin ko ang aking puso ng mga bulong-bulong na
alon ng kaluluwa, at ibubuhos ko ang nakakapreskong,
nagniningning na tubig ng pananabik sa mga tasa ng mga
.uhaw na kaluluwa

Dapat maramdaman ng alon ang dampi ng malawak na
karagatang sumusuporta rito. Nararamdaman ko ang
sumasaklaw na karagatan ng espiritu na sa walang
.hanggang kalaliman ay lumulutang ang aking kamalayan
Magsisikap akong tuklasin ang katotohanang nakatago
sa likod ng mga maskarang nagtatago nito, nang sa gayon
ay hindi ako mapapasailalim sa awa ng mga panlabas na
.puwersa

Naniniwala ako na darating ang tulong kapag ito ay
lubos na kailangan, dahil ang banal na batas ay mabisang
gumagana

Ano ang kahulugan ng buhay kung wala itong mga
?pagsubok at pagsubok na ating kinakaharap
Sa isang sandaling may bahid ng kalungkutan at
kawalan ng pag-asa, narinig ko ang iyong tinig na
:bumubulong

Ang aking pananggalang na araw ay pantay na
sumisikat sa pinakamaliwanag at pinakamadilim na oras ng
iyong buhay. Maniwala ka, ngumiti, at hayaang sumikat ang
aking nakapagpapagaling na liwanag sa pamamagitan ng
.transparency ng iyong mga ngiti

O Panginoon, pag-isahin Mo ang aming mga puso sa
templo ng banal na pag-ibig kung saan ang Iyong kataas-
taasang presensya ay nagniningning sa lahat ng
.kaluwalhatian at karilagan nito

Ipaunawa mo sa amin na ikaw lamang ang aming
layunin. Huwag mo kaming kalimutan kahit na makalimutan
ka namin, at alalahanin mo kami kahit hindi ka namin
.maalala

Ang aming pananabik sa iyo ay maaaring dumating at
umalis, magningning at maglaho, ngunit ikaw ay
nananatiling tapat sa tipan magpakailanman, O mabait at
mapagmahal

Tanggapin Mo ang pananabik ng aming mga kaluluwa at
ang pag-ibig ng aming mga puso, O Panginoon
Inihagis ko ang aking lambat ng pag-ibig sa karagatan
ng kamalayan at nakahuli ng isang mahalagang huli
Hinihiling ko sa Iyo, Panginoon, na ang liwanag ng aking
kaluluwa ay humalo sa Iyong mas dakilang liwanag at ang
aking puso ay tumibok sa Iyong banal na pag-ibig, upang
maipalaganap ko ang Iyong liwanag at pag-ibig sa lahat ng
.magkakasundong kaluluwa

Ngayon ay ilalaan ko ang oras ko sa pakikisama sa
Diyos, binabalewala ang mga walang kabuluhan kaisipan at
.tinatanggi ang mga maling ilusyon

Ang mga sinag ng kagalakan na pumupuno sa
kalangitan ng aking katahimikan ay nagbabadya ng iyong
mapalad na pagdating. Magpakita ka man ngayon o
mamaya, tiyak na makikilala kita balang araw, ikaw na
.minamahal ng aking puso at hinahangad ng aking kaluluwa
May dalawang uri ng kapaligiran: ang panloob na
kapaligiran at ang panlabas na kapaligiran. Poprotektahan
ko ang aking sarili mula sa mga negatibong impluwensya at
.magsisikap para sa katotohanan at katuwiran
Napagtanto ko na mas maraming mabuti kaysa masama
sa mundong ito dahil ang Diyos ang pinakadakilang
.kapangyarihan sa mundo
:disenyo

Araw-araw ay magiging aktibo ako sa parehong antas
ng pag-iisip at pisikal, dahil ang pagtigil ng pag-iisip at
pisikal na kawalan ng aktibidad ay parehong nakakapinsala
.sa espirituwal na pag-unlad

O aking minamahal na Diyos, buksan mo para sa akin
ang matang iyon na walang nakikita kundi Ikaw, at walang
nakikitang anumang kagandahan kundi ang Iyong
.pinakamaluhating kagandahan

Nalinlang tayo ng panandaliang mangangaso ng
makalupang buhay, habang tayo ay lumulutang sa mababaw
at mababaw na tubig ng huwad na seguridad at kaligtasan,
isang lambat ng nakamamatay na kamangmangan ang
.bumalot sa atin

O Maawain sa Lahat, iligtas mo kami mula sa
mapanganib na sapot ng makamundong mga pagnanasa at
ambisyon, at tulungan mo kaming sumisid sa mapayapang
kaibuturan ng banal na pakikipag-isa upang kami ay
maligtas magpakailanman mula sa mga lambat ng ilusyon at
.mga patibong ng panlilinlang

Pakiramdam ko ay napapaligiran ako ng isang aura ng
liwanag ng Diyos, kung saan mayroong katahimikan,
kapayapaan, at espirituwal na kagalakan
Huhugasan ko ang putik ng kamangmangan upang ang
dalisay na liwanag ng espiritu ay sumikat sa akin
Maaaring may isang taong nabibigo sa materyal, moral,
at espirituwal na aspeto, ngunit kung dodoblehin nila ang
kanilang mga pagsisikap at susubukan na ang banal na
liwanag ay sumisikat sa kanila, madarama nilang mas
malapit sila sa Diyos at bubuti ang kanilang mga kalagayan.
Sinasagot ng Diyos ang mga taos-pusong panalangin at
positibong pag-iisip, at ito ay isang mabisang paraan upang
.malampasan ang mga hadlang sa tagumpay
Bago kumilos ang isang tao, mayroon silang malayang
pagpapasya, ngunit pagkatapos ng kilos, susunod ang mga
kahihinatnan, gusto man nila o hindi; ito ang batas ng
.karma. Kaya naman, makabubuting mag-isip bago kumilos
Ang mga naghahangad ng kapayapaan at makatikim ng
banal na tamis ay dapat magbayad ng halaga, at ang
halagang iyon ay ang paglalaan ng kinakailangang oras sa
paglinang ng katahimikan at paglikha ng kapayapaan. Ang
pinakamabisang paraan upang malampasan ang stress ay
ang pag-ayon sa panloob na kapayapaan, kagalakan, at
.katahimikan
Panginoon, ang mga kamay ko'y gumagawa para sa Iyo.
Binigyan Mo ako ng tungkuling gagampanan sa mundong
.ito, at lahat ng aking ginagawa ay ginagawa ko para sa Iyo
Kapag isinusuko natin ang ating buhay sa Diyos,
matutuklasan natin na ang buhay ay nagbabago tungo sa
isang magandang simponya. At kung susubukan nating
madama ang presensya ng Diyos habang ginagawa ang
lahat ng ating mga gawain, matutuklasan natin na pumipili
Siya ng mga partikular na tungkulin para sa atin araw-araw
.at tinutulungan tayong maisakatuparan ang mga ito

Sa pagpapakita ng mga biyaya ng espiritu nakasalalay
ang tanging paraan upang mamuhay nang mapayapa. Nasa
.atin ang kapangyarihang gawing paraiso ang tahanan
Dadalhin ko ang pagmamataas gamit ang
pagpapakumbaba, ang poot gamit ang pagmamahal, ang
kasabikan gamit ang kahinahunan, ang pagkamakasariili
gamit ang altruismo, ang kasamaan gamit ang kabutihan,
ang kamangmangan gamit ang kaalaman, at ang
pagkabalisa gamit ang kapayapaan ng pag-iisip at
.pagmumuni-muni sa Diyos

Ang lahat ng ating mga kilos ay dapat magabayan ng
panloob na tinig ng espirituwal na kamalayan

Mas mabuting pasimplehin ang ating buhay. Nakakita
ako ng mga taong naliwanagan, matipid sa kanilang
pagkain, namumuhay sa maingat na mga kondisyon, ngunit
may mga katawang puno ng aktibidad at sigla, dahil sinanay
nila ang kanilang mga isipan na huwag umasa nang lubusan
sa mga panlabas na mapagkukunan ng kalusugan at
.kasiyahan

Lumipad sa eroplano ng katahimikan sa ibabaw ng
pinakamataas na taluktok ng karunungan, at gumala sa
lupain ng walang hanggang kagandahan at panibagong
kaligayahan

Ilayo mo ako sa kasamaan, O Panginoon, at pagpalain
mo ako upang hindi ako makarinig ng kasamaan, ni
makakita ng kasamaan, ni magsalita ng kasamaan, ni
huminga ng kasamaan, ni makahawak ng kasamaan, ni
.magkimkim ng kasamaan, ni mag-isip ng kasamaan
Panginoon, samahan mo kami araw-araw, upang
maisakatuparan namin ang aming mga tungkulin nang may
kuntentong kaluluwa at pusong pinabango ng Iyong banal na
.presensya

Bumaling tayo sa mga espirituwal na turo dahil gusto
nating maging malaya mula sa ating pagdurusa. Ang mga
makamundong pamamaraan at pamamaraan ay hindi ang

solusyon. Ang Diyos ang solusyon. Panahon na para magising ang sangkatauhan at iwaksi ang kadiliman ng kamangmangan gamit ang liwanag ng karunungan. Ang pinakadakilang bagay sa buhay ay ang mamuhay sa .santuwaryo ng isang malinis na konsensya

Halos lahat ay nakakaramdam na hindi sila umuunlad sa espirituwal, ibig sabihin, hindi sila nagbabago o bumubuti sa kabila ng kanilang mga pagsisikap. Maraming salik ang maaaring makahadlang sa ating pag-unlad, at tungkulin nating tingnan ang buhay nang obhetibo, kritikal, at analitikal upang matukoy ang mga salik na ito at matutunan .kung paano haharapin at malampasan ang mga ito

Sinumang magbigay ng sikolohikal at materyal na tulong sa iba at ang puso ay umaapaw sa kabaitan at habag ay matutuklasan na ang kanyang ibinibigay ay babalik sa .kanya

?Ang Puno ng Paghahangad Ano ang Naabot



Noong unang panahon, isang debotong ermitanyo ang nanirahan sa isang bansa at gumugol ng maraming taon sa paglalakbay sa pagitan ng mga bundok upang maghanap ng .isang bihirang puno na tinatawag na Wishing Tree

Ayon sa alamat, ang mga kahanga-hangang punong ito ay itinanim ng mga nimpa ng Paraiso at matatagpuan lamang ng mga asetiko bilang gantimpala sa kanilang mahigpit na pagsasagawa ng mahigpit na mga disiplinang espirituwal. Sinasabing ang mga punong ito ay may

kapangyarihang ipagkaloob ang mga kahilingan at hangarin
.ng sinumang nakaupo sa ilalim ng kanilang mga sanga
Sa kaibuturan ng ermitanyong ito, lubos niyang nadama
na karapat-dapat siyang matagpuan ang punong iyon dahil
sa kanyang walang kapagurang pagsisikap, kusang-loob na
pagtanggap sa hiras, at pagsunod sa mahigpit na disiplina
na itinakda niya para sa kanyang sarili. Ngunit sa kabila ng
lahat ng mga gawaing ito at pagsasanay, may mga aral pa
siyang hindi pa natututunan. Bagama't ninanais niya ang
kaliwanagan, mayroon din siyang iba pang mga hangarin na
.hindi gaanong mahalaga

Kabilang sa mga hangaring iyon ay ang pananabik na
matagpuan ang Puno ng Paghahangad. Ang mabatong
landas sa bundok ay nagpahina sa kanyang mga paa sa
walang humpay niyang paghahanap sa bagay na ninanais ng
kanyang puso at sa katuparan ng kanyang pinakamalalim na
mga inaasam. Ang kanyang panloob na damdamin ay
patuloy na nagbibigay-katiyakan sa kanya na ang kanyang
hiling ay matutupad, at ang puno ay naghihintay sa kanya
bilang isang natural na gantimpala para sa kanyang
espirituwal na pagsisikap, na higit pa sa kakayahan at
.pagtitiis ng isang ordinaryong tao

Tama ang ating kaibigan sa kaniyang intuwisyon. Sa isa
sa mga lambak sa matataas na bundok, nakakita siya ng
isang puno na may malalapad na dahon, at agad niyang
nalaman sa kaniyang pananaw na iyon ang kayamanang
.matagal na niyang hinahanap at inaasam-asam

Sabik at agad-agad, lumapit siya sa mga sanga ng puno
at naupo sa ilalim nito. Upang maranasan ang pambihirang
kapangyarihan ng natatanging punong ito, ipinikit niya ang
kanyang mga mata at sinabi sa sarili, "Kung ito ay tunay na
isang puno ng pag-asam, hayaan mo itong maging isang
"!matibay na kuta para sa akin

Hindi pa natatagalan sa kanyang isipan ang pag-iisip na
iyon nang lumitaw ang isang kahanga-hangang palasyo sa

tabi ng puno, na napapalibutan ng malalagong hardin na puno ng mga sariwang rosas, mababangong basil, at .matatayog na puno

Natuwa siya sa himalang ito at labis na natuwa sa pagkamit ng kanyang pinakamamahal na hiling, dahil sa wakas ay natagpuan na niya ang punong matagal na niyang hinahanap. Hindi siya naghintay nang matagal bago ipinahayag ang kanyang susunod na hiling, na nagsasabing:

"Nais kong makita sa aking paligid ang isang koro ng mga dalaga na nag-aalok sa akin ng pinakamasarap at pinakamasasarap na pagkain sa mga ginintuang bandehado at naghahain sa akin ng mga inumin na mas nakalulugod kaysa sa mga pilak na pitsel sa mga kopa na kumikinang na ".parang kumikinang na ginto

Sa isang kisap-mata, natupad ang kanyang hiling, nang matagpuan niya sa harap niya ang isang mesa na puno ng lahat ng uri ng masasarap na pagkain na inihahain sa mga ginintuang plato, at magagandang dalaga na nag-aalok sa kanya ng iba't ibang pagkain at inumin na angkop sa mga .hari at prinsipe

Nang mapagtanto niya na ang bagong kastilyo at ang mga nakapalibot na hardin at taniman ng prutas ay nangangailangan ng seguridad at proteksyon, hiniling niya sa puno na maging isang makapangyarihang hukbo upang pangalagaan siya at ang kanyang mga bagong kayamanan.

Kaagad, isang malaking hukbo ang lumitaw at nagkampo malapit sa kastilyo, habang ang mga bantay na kumpleto sa kagamitan ay nakatayo sa mga pintuan ng palasyo upang .magbigay ng kinakailangang proteksyon

Matapos masiyahan sa marangya at maluho na piging, sinimulan niyang siyasatin ang kanyang bagong palasyo.

Umakyat siya sa makintab na hagdanang marmol at naglakad-lakad sa mga silid na nababalutan ng hiyas at .nakasisilaw na kinang

Sa wakas, ang ating mapalad na ermitanyo ay napagod sa paglalakad at naghanap ng kapayapaan at pahinga sa isa sa mga silid sa ground floor. Ang mabababang bintana ng silid na iyon ay nalililiman ng mahahabang sanga ng .maluwalhating Wishing Tree

Habang nakahiga siya sa isang kama malapit sa bintana, napansin niya na ang makakapal na sanga ng puno ng wishing ay nakaharang sa liwanag, at nakaramdam siya ng kalungkutan, isang gumagapang na takot sa kanyang puso. Ang katahimikan ay nabasag lamang ng ilang mga tunog, at napaisip siya kung ang mga ito ay nagmumula sa hardin o mula sa mga mababangis na hayop sa kagubatan .na malayang gumagala sa labas ng mga pader ng palasyo

Habang tumitindi ang kanyang pagkabalisa, isang malakas na kaisipan ang sumalakay sa kanyang isipan, at sinabi niya sa kanyang sarili: "Totoo ngang mayroong isang makapangyarihang hukbo rito upang protektahan ako, ngunit wala akong nakikitang kahit isang sundalo na nakatayo malapit sa bintana na ito, at ang bintana ay hindi protektado ng lambat na bakal. Paano kung ang isang tigre mula sa kagubatan ay makapasok sa bintana? Kung gayon, "lalamunin ako nito, at iyon na ang katapusan ko Hindi pa natatagalan sumagi sa isip niya ang takot na iyon nang biglang sumulpot mula sa bintana ang isang mabangis na tigre, sinunggaban ang takot na ermitanyo, at humarurot (upang lamunin siya)

Sa kasamaang palad, hindi natanto ng ermitanyo na ang

Puno ng Hiling ay hindi nakakapag-iba ng mabuti at masamang kaisipan. Ang layunin nito ay tuparin ang mga kaisipang pumupukaw sa puso ng mga nag-iingat nito. Sa

katunayan, ang Puno ng Hiling ay kumakatawan sa makapangyarihang imahe ng isipan ng ermitanyo, at iyon .ang kanyang huling kahilingan

Ang bawat tao'y nabubuhay sa ilalim ng mahiwagang
puno ng pagnanasa na nagkakaloob ng lahat ng kanilang
.mga hangarin. Ang punong iyon ay lakas ng loob
Sinuman ang hindi pa nakakakontrol sa kanyang mga
hangarin, mithiin, at kaisipan ay dapat magpasalamat sa
kanyang Panginoon, dahil ang kanyang mga di-disiplinadong
kaisipan ay hindi agad natutupad, kung hindi, ang mga
mababangis na pagnanasang iyon ay awtomatikong
magdudulot ng mga malas na tigre na susunggab sa
.kanilang amo at sa iba

Ang aral ng kuwento ay ang kahalagahan ng pagtutuon
ng isip sa mga positibo at mabubuting bagay habang
nakaupo sa ilalim ng mga sanga ng Wishing Tree, na siyang
walang iba kundi ang kagustuhan at makapangyarihang pag-
.iisip ng tao

Ang pagtutuon ng isip sa takot, pagkabigo, sakit, at
kamangmangan ay maaaring maging sanhi ng paglitaw ng
mga halimaw mula sa hindi nakikitang mundo ng pag-iisip,
na lumilikha ng walang katapusang mga problema at
.pagkabigla sa isa sa mga bagay na hindi niya ninanaais
Mga sipi mula sa karunungan ng mga Baramhani

Ang mga dakilang tao ay mga huwaran
Bagama't limitado ang kanilang mga katawan
Ngunit napagtanto nila na sila ay bahagi ng walang
katapusang karagatan
At ang lahat ng indibidwal na anyo
Sila ay mga alon sa dibdib ng kosmikong dagat
Sa mundong ito, nililimitahan at nililimitahan natin ang
ating mga sarili
Sa loob ng hangganan ng isang maliit na pamilya
Ngunit kapag mahal natin ang ating kapwa, tayo ay
lumalaki
Kapag mahal natin ang ating bansa, tayo ay nagiging
mas dakila

Kapag mahal natin ang lahat ng tao at bansa, tayo ay
nagiging mas dakila
At kapag ang ating kamalayan ay nalulubog sa Diyos sa
kabilang buhay
O sa mundong ito sa pamamagitan ng malalim na
pagmumuni-muni
Kahit na tayo ay nasa pisikal na katawan
Tunay naming naiintindihan ang katotohanan
Ang karagatan ay ang mga alon
At ang mga alon ay lumitaw mula sa karagatan
Mula sa aming naka-archive na library: Mga Sulat
Mga minamahal na kaibigan, ang ating aklatan ng mga
arkibos ay naglalaman ng
Batay sa mga sipi mula sa libu-libong liham na ipinadala
ng mga mambabasa
Mula sa iba't ibang bansa, ipinahayag nila ang kanilang
mga karanasan
Gamit ang mga turo ni Master Paramhansa Yogananda
Dito ko isinalin ang isang halimbawa ng mga liham na
iyon
Dahil tumutugma ito sa marami sa iyong mga komento
at mensahe
Ito ay patunay na ang karanasan ng tao ay isa sa mga
At ang mga pusong bukas at magkakasundo na kaisipan
Nagkikita sila, saanman sila naroon
Nang may pagmamahal, kabutihan, at kapayapaan
Kung gusto mo pa ng mga ganitong mensahe
Masaya akong mag-alok ng higit pa
Nang may taos-pusong pagmamahal at pinakamabuting
hangarin
Mahmoud Abbas Masoud
Ngayon, pakibasa ang ilan sa mga mensahe
Ang mga turong ito ay nakatulong sa akin na muling
magsaliksik

Ang walang hanggang kapayapaan na nananahan sa
ating mga puso
Nagbigay ito sa akin ng mas malalim na kumpiyansa sa
hinaharap
At nadagdagan ko ang aking pagmamahal sa Diyos at
sa mga nakakakilala sa Kanya
Tunay itong naglalaman ng liwanag at biyaya
* * *

Nakaramdam ako ng labis na pasasalamat sa Diyos
Sino ang gumabay sa akin sa mga espirituwal na aral na
ito
Ako'y labis na napupuno ng pasasalamat at
pagpapahalaga
Sa tulong na aking natanggap, salamat sa Diyos
At ang mga lektura ng matalinong Paramahansa
Pakiramdam ko rin ay nagsimula ako sa isang kahanga-
hangang pakikipagsapalaran
Upang matuklasan ang mga nakatagong kayamanan ng
kaluluwa sa minahan ng aking buhay
* * *

Sa mga turo ni Master Paramahansa
Natagpuan ko ang isang patuloy na umaagos na bukal
ng kapayapaan, lakas, at sigla
Mahirap ilista ang lahat ng mga benepisyong dumadaloy
Sa aking pang-araw-araw na buhay mula sa kanyang
matayog na mga kaisipan
* * *

Paulit-ulit kong binabasa ang mga lekturang ito
Sa bawat oras na nakakahanap ako ng mga bagong
bagay, na parang
Hindi ko pa ito nababasa dati
Para sa akin, ito ay isang umuusbong at masaganang
pinagmumulan ng enerhiya
Mula sa banal na kaalaman, inspirasyon, at
pagmamahal

* * *

Habang binabasa ko ang mga turong ito nang may
pokus at pagmumuni-muni
Sa tuwing nakakaramdam ako ng kapansin-pansing
pagbuti sa buhay ko
Sa materyal, sikolohikal, at espirituwal na antas
Ito ay nagtataglay ng mga magnetikong katangian
Upang makaakit ng kabutihan at lahat ng mabubuting
bagay

* * *

Habang binabasa ko ang mga lekturang ito
Nagsimula akong makaramdam na parang nasa isang
pataas na landas ako
Umaakyat ako sa antas ng intelektwal at espirituwal
Hindi ko alam noon
Pakiramdam ko rin ay marami itong naidulot na mga
pagpapabuti sa aking buhay
At ginawa itong mas mayaman at mas magkakaiba
Dati, kalahating gising ako
At ngayon ay nakakaramdam ako ng mas mataas na
kamalayan
At sensitibilidad sa damdamin
Ang aking hangarin ay makatulong sa pagpapalaganap
ng mga ideyang ito
Para makinabang din ang iba gaya ng aking nakinabang
din dito

* * *

" Katatapos ko lang basahin ang "Whispers from Eternity
Sa gurong si Paramhansa, at nararamdaman ko ang
kasaganaan ng kapayapaan
Banal na pag-ibig ang pumupuno sa aking buong
pagkatao

-

Paghahambing sa pagitan ng kapakumbabaan at
pagmamataas

Ang kapakumbabaan ay isang matabang lambak ng
kamalayan

Kung saan ang banal na ulan ay bumubuhos nang
sagana at nagtitipon

At imposible ring maipon ang ulan sa tuktok ng bundok
Kaya, ang tubig ng kaalaman ay hindi maaaring maipon
sa ulo ng mayabang na pagmamataas

Ang kayabangan ay nagsasara ng pinto sa pagtanggap
at pagiging bukas, kung saan pumapasok ang kaalaman
Ang kapakumbabaan ay nagbubukas ng mga pinto nang
malawak

Nananawagan siya para sa karunungan na dumating at
itatag

Ang kayabangan ay isang nakikitang kapangitan na
nakasulat sa mukha ng isang taong mayabang

Ang mga tao ay tinatakwil siya at iniiwasan siya
Ang pagpapakumbaba ay isang kaaya-ayang halimuyak
na nagpapamahala at nagpapahanga sa may-ari nito ng lahat
Ang pagmamataas ay nagmumula sa isang inferiority
complex

Na nagpapakita bilang tinatawag na superiority complex
Samantalang ang pagpapakumbaba ay nagmumula sa
karunungan
o pagkilala sa sarili

Tinatanggihan ng kayabangan ang paghahanap ng
katotohanan

Kung tungkol sa kapakumbabaan, ito ay banayad at
malugod na tinatanggap ang katotohanan

Hinihiling niya sa kanya na pumasok sa Dakong
Kabanal-banalan ng kanyang kaluluwa

Ang kayabangan ay nagpapakita ng kakulangan nito sa
pamamagitan ng mga nabigong pagtatangka

Pagmamaliit sa iba at pagpapamukhang maliit sa kanila

Gayunpaman, ang kapakumbabaan ay isang kahanga-
hangang tanda ng pag-unawa sa mga puso

Isang maningning na halimbawa ng kadakilaan at
karangyaan
Ang kapalaluan ay isang malinaw na balabal na
isinusuot ng mayabang
Ang kapakumbabaan ay damit ng dignidad at
kahinhinan
Ang kayabangan ay nagtataboy sa mga kaibigan at
katotohanan sa kanyang buhay
Ang kapakumbabaan ay umaakit ng mga kaibigan at
pag-unawa
Ang taong mayabang ay parang lata na walang laman
na nag-iingay kapag tinapik
Ang taong mapagpakumbaba ay parang sisidlan na
puno ng pinagpalang inumin ng karunungan
Ang kapakumbabaan ay kaakit-akit; nagkakalat ito ng
kaligayahan sa paligid nito
Nakakaakit ito ng mga tapat na kaibigan at mabubuting
kaluluwa
Ang taong mapagpakumbaba ay nagdadala ng
kabutihan at mga biyaya sa kanilang buhay
Sa kanyang kababaang-loob, parang isang sariwa at
mabangong rosas
Nawa'y punuin ng Diyos ang iyong buhay ng
kaligayahan at kagalakan
Ambisyon at delingkuwensiya
Ang ambisyong maging milyonaryo
Pag-ibig sa kayamanan at kasakiman sa pambobola
Ito ay isang maling pamantayan ng tunay na
kaligayahan
At sino ang gustong maging milyonaryo sa ganitong
?paraan
Hindi lang niya sinasaktan ang sarili niya
Nakakasama rin ito sa iba
Dahil ito ang nagdadala sa kanila sa mga landas na
patungo sa paghihirap at kasawian

Halimbawa, isang simpleng manggagawa sa isang hotel
Ang makakita ng milyonaryo na nakasuot ng
mamahaling damit
Bumaba siya mula sa isang mamahaling kotse nang
may pagmamalaki at kayabangan
Ito ay minamaneho ng isang pribadong drayber
Kinaiinggitan niya ito dahil sa mga tila biyaya nito
Sinusubukan niyang tularan ang kanyang pamumuhay
Nanghihiram siya ng pera at bumili ng kotse, marahil ay
.segunda-mano na
Nangangailangan ito ng mamahaling pagpapanatili
At bumibili siya ng iba pang mga luho
Na mali ang paniniwala niya
Bibigyan siya nito ng isang tiyak na hitsura
Mula sa walang kabuluhang karangyaan at
ilusyonaryong kayamanan
Siya ay isang kawawang kaluluwa na sumusugal gamit
ang kanyang kakaunting yaman
Inilalantad niya ang kanyang sarili sa mga problemang
madali niyang maiiwasan
Kaunti lang ang mga nakakaalam
Ang taong nagsasakripisyo ng kanyang kalusugan at
kaligayahan
Sa altar ng mga takot at mahirap na trabaho
Pagkasira ng nerbiyos at mga problema sa puso
Para maging milyonaryo
Nililigaw niya talaga ang mga hangal at walang talino
Maglakad sa madulas na landas
Kung saan ang buhay ay sinusukat sa pamamagitan ng
mapanlinlang na anyo
Nagkukunwaring masaya
Tungkol naman sa maling pamantayan na
Ang kayamanan ang sukdulang layunin sa buhay, wala
nang ibang layunin na hihigit pa rito

Dahil dito, ang mga tao ay gumagamit ng panlilinlang at
pandaraya
Upang linlangin ang mga hangal at agawin ang kanilang
kabuhayan
Mga maluho na gawi sa pamumuhay
Kahit paano pa man kumikita ang pera
Ang pagkalugod sa papuri at pambobola ay tanda ng
kawalang-muwang
Dahil sa kasuklam-suklam na pagmamalaki at kasuklam-
suklam na pagyayabang
Ang lahat ng ito ay nagtutulak sa naghahanap ng
kayamanan sa mas matinding kasakiman
At gumagawa ng mga tusong pamamaraan
O kaya naman ay gumagamit ng blackmail at mga hindi
etikal na gawain
Para makakuha ng mas maraming luho
Na tila isang bugbog na tambo
Na nakakasakit sa kamay na humahawak dito
At huwag kang manalig diyan
marangyang pamumuhay
Ang pagnanais na magkaroon ng pera sa anumang
paraan
At pangamba tungkol sa paninirahan sa isang simpleng
bahay
At ang takot na mawalan ng katayuan sa pananalapi
Sa paningin ng pamilya at lipunan
Bukod sa pagiging makasarili
Ito ay lahat ng mga palatandaan ng maling gawain
Mga hindi kalkuladong pakikipagsapalaran
Pagkawala ng empatiya para sa mga nangangailangan
Kung lahat ay mamumuhay nang simple at manamit
nang simple
Tapos na ang uso ng marangyang pamumuhay
Aling mga lead ang pinakamadalas
Labis na paghihirap at pagkadismaya

At sinikap ng mga tao na linangin ang mga espirituwal
na katangian
At ang marangal na suka sa halip
Dapat alisin ang pagiging makasarili
Namuhay siya nang simple at pino ang pag-iisip
Pamantayan at pamantayan sa pagsusulit
Hindi kinakailangan ang pakikipag-ugnayan o
kooperasyon
Kasama ang mga may itinapong kayamanan
Yung mga taong hindi nakakaramdam ng
nararamdaman ng iba
Hindi lumambot ang kanilang mga puso sa kanilang
mga kawawang kapatid
Kahit na makita nila sila na nakasuot ng punit-punit na
basahan at nagugutom
Ang kayamanan mismo ay hindi isang kasalanan
Bagkus, maaaring ito ay isang biyaya sa kamay ng
mabubuti at mapagbigay na mga tao
Yaong mga pinayaman ng Diyos mula sa Kanyang
masaganang biyaya
Mga taong mahilig tumulong sa kapwa
At inalis ang bangungot ng kahirapan at kawalan ng
katarungan mula sa kanilang mga balikat
Ang mga salita ay may napakalaking kapangyarihang
bumuo o sumira
Para sa pakikiramay at ginhawa
O para durugin ang diwa at basagin ang damdamin
May mga salitang lumilikha ng kalituhan at pagkalito
Mga salitang nagpapawi ng mga alalahanin at
nagpapakalma sa mga puso
Nagbibigay ito ng kumpiyansa at ginhawa
Mga salitang nagpapasiklab ng matinding digmaan
Mga salitang magpapagaan ng loob
At pinapawi nito ang mga kasawian at pasanin
Pinagkalooban ng Diyos ang tao ng maraming kaloob

Kabilang dito ang kakayahang ipahayag ang sarili
Sa pasalita, pasulat, at naririnig na salita
Para sa makabuluhan at matalik na komunikasyon sa
pagitan ng mga tao

Ang sangkatauhan ay isang pamilya
Sa kabila ng tila magkakaibang konsiderasyon
Hayaang maging kasangkapan ang mga salita para
maglapit sa mga tao, hindi para sa pananakot
Upang magbigay ng kapanatagan, hindi upang
magkalat ng takot at alitan
Upang magtatag ng pagkakaisa, hindi upang maghasik
ng alitan

Upang alisin ang mga balakid at hadlang
Hindi sa pagpuno ng mga landas ng mga tinik at balakid
Ang kwento ng gumagamit na nagturo sa hari
Noong unang panahon, sinabi ng isang hari sa isa sa
kanyang mga nasasakupan na maliban kung sasagutin niya
ang isang tiyak na tanong, naghihintay sa kanya ang
.bitayan

" ?Sumagot ang lalaki, "Ano ang tanong, Kamahalan
Nagtanong ang hari, "Sabihin mo sa akin, saan
" ?matatagpuan ang banal na kamalayan
Humingi ang lalaki sa hari ng dalawang linggong palugit
upang makuha niya ang sagot, at ipinagkaloob ng hari ang
.kanyang kahilingan

Pagkatapos ay bumalik siya sa kanyang lugar ng
trabaho na nalulungkot at sinabi sa kanyang amo na kung
hindi niya sasagutin ang tanong ng hari sa loob ng dalawang
.linggo, babayaran niya ito gamit ang kanyang buhay

Ang gumagamit, na kilala sa kanyang katapangan at
katalinuhan, ay nagsabi sa kanya
Hayaan mong ako na ang pumunta para sa iyo at ako "
". mismo ang sasagot sa tanong mo
Pumunta ang gumagamit sa hari at sinabi sa kanya

Una sa lahat, hayaan ninyong maupo ako sa inyong " trono, dahil habang sinasabi ko sa inyo ang isang bagay na ". hindi ninyo alam, ako ang inyong panginoon Iniharap ng hari ang kanyang trono sa gumagamit, at sinabing

Sabihin mo sa akin, saan matatagpuan ang banal na " " ?kamalayan

Ang gumagamit na nakaupo sa trono ay sumagot:

" "Dalhan mo ako ng baka

Dinala ang baka, at nagtanong ang gumagamit,

" ?"Nasaan ang gatas

" Sumagot ang hari: "Sa suso

Sumagot ang gumagamit: "Hindi ganoon, ang gatas ay

hindi lamang nasa suso, kundi nasa lahat ng bahagi ng

katawan ng baka, dahil ang gatas ang siyang esensya ng

" baka

Pagkatapos ay humingi ang gumagamit ng isang

mangkok ng gatas, at nang maibigay sa kanya ang

" ?mangkok, tinanong niya ang hari: "Nasaan ang mantikilya

" Sumagot ang hari, "Wala akong nakikitang mantikilya

Sabi ng gumagamit: "Nandoon ang mantikilya, pero

nakakalat ito sa buong gatas. Haluin ang gatas at ang

"mantikilya ay maghihiwalay at lulutang sa ibabaw

Kung paanong ang gatas ay nasa lahat ng bahagi ng

katawan ng baka, at ang mantikilya ay nakakalat sa lahat ng

molekula ng gatas, gayundin ang banal na kamalayan ay

.nasa bawat atomo ng pag-iral

Kaya, ang karunungan ng gumagamit ay nagligtas sa

buhay ng kanyang amo, dahil natanggap ng hari ang tamang

.sagot sa kanyang tanong

Ang banal na kamalayan ay hindi eksklusibo sa mga

naliwanagan; ito ay umiiral sa mga kaluluwa at puso ng

lahat. Sinumang sumisid nang malalim sa pagmumuni-muni

ay magbubukas ng pinto ng kanilang puso, mararamdaman

ang presensya ng banal na kamalayan, at mababasa ang

aklat ng buhay. Kung wala ang aktwal na pakiramdam na ito,
ang tanong ay mananatiling walang sagot
Sabi ng mga matatalino
Upang ang isang tao ay maging kapaki-pakinabang sa
buhay
Kailangan niyang palayain ang sarili mula sa lahat ng
masasamang balak
masasakit na damdamin at pagnanais na maghiganti
Kahit na makatwirang kawalang-kasiyahan
Hindi dapat ipagwalang-bahala ang pag-ibig
Dapat mangibabaw ang pagmamahal kaysa sa
damdamin
Ito ang bumubuo ng batayan ng interaksyon sa pagitan
ng mga tao
May mga bagay at interes sa buhay na hindi masukat
ang mas mainam
Mula sa pagpapasiklab ng mga damdamin ng poot at
hinanakit
Pagpaplano para saktan at bitagin ang iba
At nagpapaulan ng apoy ng impiyerno
Kahit na ang mga kumikilos sa isang partikular na
paraan
Hindi ito angkop sa marangal na kalagayan ng tao
Kung titigil lang sana ang sangkatauhan sa
pagpapasiklab at pagpapalala ng mga kasamaan
Sa halip, ginagamit niya ang mata ng kasiyahan
Na ipinagkaloob sa kanya ng Makapangyarihang
Lumikha
Magpokus sa paggawa ng mabuti para sa sarili at sa iba
Dahil nililimitahan ang pag-iisip at damdamin sa poot
Pag-disable ng mga kagamitang mabuti
Na ipinagkaloob ng Diyos sa sangkatauhan upang
magamit nila ito
Sa kanyang maikling paglalakbay patungo sa lupang ito

Ang maling pagtutuon ng pansin ay humahantong sa
pagtigas ng mga puso
At upang pukawin ang masasamang hinala at galit na
damdamin
Kung ito ay nakatanim na sa puso, mahirap itong alisin
Iyan ay isang kaawa-awang sitwasyon kung saan ang
.pesimistikong pananaw ay naging mapanglaw
Lahat ng maganda ay nagiging pangit, at lahat ng
maganda ay nagiging mababa
Maging ang mga kagamitang pangkalusugan ay
nagiging mga kagamitan para sa pagmamanupaktura
Mga lason at ang malas na sakit
Impyerno iyan
Nawa'y ilayo tayo at kayo ng Diyos mula rito
At tungkol sa kanyang kasamaan at mga kasamaan
Sumainyo ang kapayapaan
Nawa'y palagi kang mapalibutan ng pagmamahal

Araw ng kosmikong kamalayan

Ang artikulong ito ay lumabas sa unang isyu ng magasin
na *Silangan at Kanluran* noong 1925. Ang magasin na ito,
na kalaunan ay nakilala bilang magasin na *Self-Knowledge*,
ay itinatag para sa isang layunin: upang paglapitin ang mga
tao at ipakita ang pinakamahusay sa mga natatanging
katangian at katangiang taglay ng mga bansa, na nag-
ambag at patuloy na nag-aambag sa pagtatayo ng dakilang
.gusaling pantao sa planetang Daigdig na ito
Ang dakilang guro ay nagtrabaho nang maraming taon
upang pagyamanin ang diwa ng pagmamahalan at kapatiran
sa mga tao, na hinihikayat ang pagpapalitan ng mga
karanasan at kaalaman upang gawing mas kahanga-hanga,
maganda, at makabuluhan ang buhay. Kaugnay nito, sinabi
niya: "Ang ating pagkauhaw sa kaalaman ay dapat
magpakalimot sa atin sa ating maliliit na pagkakaiba at

himukin tayong malugod na tanggapin ang mga katotohanan
ng iba. Hayaang maghanda ang Silangan at Kanluran na
ipagpalit ang pinakamahusay na pag-aari ng kanilang mga
tao, sapagkat ang lahat ng tao ay magkakapatid, at tayong
".lahat ay mga anak ng iisang unibersal na bayan

Nakaupo ako sa isang maliit na burol habang nakapikit
at nakatitig sa madilim na kadiliman na bumabalot sa akin.

Noong una, wala akong makita kundi kadiliman, ngunit
naghahanap ako ng isang bagay na hindi ko alam ngunit
.pamilyar at kasabay nito ay alam ko

Iminulat ko ang aking mga mata at pinagmasdan ang
kahanga-hanga at masayang mundo, na pinalamutian ng
walang katapusang kalawakan ng liwanag ng buwan at
kumikislap na mga bituin sa kalawakan, nakangiting mga
bukid at burol na may mga damong esmeralda na luntian na
kasinglambot ng pelus, kumikinang na mga hanay ng
bundok, mga alon na humahampas sa magulong dagat, at
mga lungsod na ipinagmamalaki ang hindi mabilang na mga
nagawa at imbensyon ng sangkatauhan. Gayunpaman, lahat
ng aking nakita ay tila sinisisi ako sa pag-aaksaya ng aking
oras sa pagmumuni-muni, inaakusahan akong isang
.mapangarapin, naliligaw sa isang mundo ng pantasya
Sinabi sa akin ng mundo, "Bakit mo ipinipikit ang iyong
mga mata at inilalayo ang aking kagandahan sa iyong
paningin, at nabubuhay sa walang laman na kadiliman at
"?madilim na kawalan

Bumulong ako pabalik: "O matapang na manloloko,
kung hindi dahil sa panloob na kagandahan, ang iyong
"!kagandahan ay hindi magkakaroon ng kariktan o ningning
Sa sandaling sumagi sa aking isipan ang kaisipang ito,
nakaramdam ako ng isang nakatagong tawag mula sa isang
malalim na sulok ng aking kaluluwa, at nangingig ang aking
mga pandama at nabuhay muli ang mga selula ng aking
.katawan

Pumikit akong muli at nakita ang isang dagat ng kadiliman. Matamang tumitig ako sa puso ng madilim na kadiliman, naghahanap ng isang kislap ng liwanag—isang liwanag na alam kong umiiral, na kailangan lamang hanapin hanggang sa matagpuan ko ito. Bigla, nasulyapan ko ang isang mahina, halos nagliliwanag na kaisipan na lumilitaw mula sa isa sa mga sulok ng malalim at lihim na silid na iyon. Itinuon ko ang aking pansin sa mahinang ideyang iyon, at ito ay nagliwanag nang mas maliwanag hanggang sa ibunyag .nito ang nakatagong kaluwalhatian

At natuklasan ko na nakakakita ako roon nang walang mga mata at nakikita ang bawat kaisipang nagniningning na parang kidlat na kumikislap at pagkatapos ay nawawala, o nagniningning na parang isang kawan ng masaganang kumikislap na mga bulalakaw na naglalabas ng isang tilamsik ng liwanag na biglang lumilitaw at pagkatapos ay nawawala sa kalangitan ng aking isipan. Nabilang ko ang bawat kislap, bawat kislap, at napagtanto ang halaga ng oras at enerhiya ng bawat isa. Kay gandang metapisikal na !pangitain

At nakarinig din ako kahit wala ang aking mga tainga, at nakinig ako nang may kalinawan sa mahina ngunit dumadagundong na tinig ng aking mga iniisip. Oo, nakinig ako sa mahinang bulong ng konsensya at sa tahimik na tinig ng karunungan. Narinig ko ang lahat ng sinabi ng mga tinig na iyon nang may kalinawan, na parang hindi ko pa naririnig noon. At sa unang pagkakataon, naramdaman ko ang presensya ng mga di-nakikita at panloob na kamag-anak na ito. Naramdaman ko ang kanilang habag at ang kanilang kawalang-bahala sa akin. Ang mga kamag-anak na ito na nabuhay noong unang panahon sa kaibuturan ng aking pagkatao, sa madilim na silid, nagpaplano, nag-uugnay, at humuhubog sa aking kapalaran. Gayunpaman, nanatili silang nakatago, mapagkumbaba, at nakatago, na parang wala .silang presensya o pag-iral

Kay laking gawain ang ginagawa ninyo, mga lihim na
kamag-anak at kaibigan! Bakit hindi kayo magpakita nang
?malinaw at hayagan

Natatakot ka ba sa magaspang at magaspang na titig
ng isipan ng tao? O baka natatakot kang lumitaw sa
maputlang takipsilim ng mga kaisipang hindi kayang mag-
isip nang pino at maselan! O baka natatakot kang
mabilaukan ng marahas na mga pag-ugoy ng siksik na
!materya

Pero gaano ka kahusay sa pag-iwas sa madilim na mga
silid para magtayo ng mga skyscraper, malalaking tulay, at
lahat ng uri ng materyal na tagumpay, pagkatapos ay
!babalik nang walang nakakapansin o nagdiriwang sa iyo
Ang tren na rumaragasang sa kadiliman ng gabi, ang
mga umuugong na eroplano, ang mga makapangyarihang
barkong lumulutang na parang mga nayon sa ibabaw ng
karagatan, ang mga obra maestra ng sining, ang templo ng
Birheng Athena, ang Parthenon, at ang Taj Mahal ay pawang
mga himalang gawa ng tao, at lahat ay nagpapaalala sa akin
sa iyo at sa iyong mga kapangyarihang inspirasyon ng
!makapangyarihang pag-iisip

Ngunit kapag nakikita ko ang lawa kasama ang
kumikinang na tubig nito na nag-aanyaya sa akin na pawiin
ang aking uhaw, at ang maitim na ulap na naglalabas ng
mga ilog at talon ng ulan upang magbigay-sustento sa mga
bukid at mga punong hitik sa matamis at masasarap na
prutas; at kapag nakikita ko ang liwanag ng kabilugan ng
buwan na nag-aalab sa pagsapit ng gabi, at pinagmamasdan
ang siklo ng mga panahon, at ang lupa ay nababalot ng
makapal na karpit ng damo, at ang mga pulang ulap na
hinulma sa mga hugis ng mga sinag sa kurtina ng abot-
tanaw, lahat ng magagandang at walang kapantay na mga
imaheng ito ay aking namamalas, at aking pinagninilayan
ang kosmikong kamay na iyon na gumagawa nang may
!kapangyarihan at karunungan sa lahat ng dako

At naiisip ko nang may pagkamangha ang tungkol sa
kosmikong tinig na iyon na nag-uutos sa araw, buwan, mga
planeta, lupa, kalikasan, mga panahon, lahat ng bulag na
puwersa, ang mga dagat kasama ang kanilang mga pagtaas
at pagbaba ng tubig, tao, buhay, at kamatayan, at naririnig
.nila ang tinig nito at sinusunod ito

Mayroon bang nakatagong sulok, walang hangganan o
katapusan, kung saan ang mga naliwanagang ideya ay
nakatago at gumagana sa sansinukob nang walang
?nakakapansin sa mga ito

Sumilip ako sa mga bintana ng aking alaala at naalala
ang mga simula ng aking pagkabata, nang sumikat ang araw
ng aking kamalayan sa kalangitan ng aking buhay. At nang
ito ay dahan-dahang sumikat, mula sa kadiliman ng aking
subconscious mind, isang maliit na bahagi lamang ng abot-
tanaw ng aking isipan ang naliwanagan nito, kaya wala
akong nakita kundi ang aking ina, ang aking mga laruan, at
.ilang piraso ng kendi na may iba't ibang kulay

Kalaunan, habang lumiliwanag ang aking kamalayan,
nakita ko ang mas malaking bahagi ng aking mental na
abot-tanaw; ito ay lumiwanag, at nakakita ako ng maraming
bagay na hindi ko pa nakita noon. Nakita ko ang aking mga
kaibigan, ang aking mga kamag-anak, ang aking mga
kapitbahay, ang aking bansa—lahat ay lumitaw at napasama
.sa aking larangan ng paningin

Sa kalangitan ng aking isipan, ang araw ng aking
kamalayan ay sumikat nang may palagian at
makapangyarihang liwanag, na nagliliwanag sa lahat ng
dating nakatago. Nakita ko ang lahat ng tao, lahat ng bansa,
lahat ng nilalang, kalikasan, mga planeta, mga bituin, at
lahat ng nagliliwanag na elektron. Nakita ko pa nga ang
!kosmos at walang katapusang kalawakan

At hindi ko alam noon na matutuklasan ko sa kadiliman

!ng aking isipan ang araw ng kosmikong kamalayan
Pagkontrol sa masasamang tendensiya

Ang isang taong labis na umiinom ng alak ay nagiging adik, at ang adiksyong ito ay humahantong sa isang mapaminsalang at mapanlinlang na bisyo. Kung hindi sila magsisikap na ihinto ang kanilang pag-inom, maaari silang maging alkoholiko, na dumaranas ng hindi mapigilang pagnanasa sa alak. Ang mga kapus-palad na indibidwal na ito ay kadalasang gumagastos ng kanilang pera sa alak. Kaunti lang ang kanilang kinakain at tila kumukuha ng ilang sustansya mula sa mismong nakalalasing na inumin. Habang tumatanim ang mapanirang bisyong ito, nawawala ang kanilang responsibilidad para sa kanilang sariling kalusugan at sa kanilang katayuan sa kanilang mga tahanan, komunidad, at mundo.

Ang naunang paglalarawan ng mga lasing na alkoholiko ay isa lamang paglalarawan ng tinatawag kong "mga alkoholikong may sakit sa pag-iisip". Ang mga alkoholikong may sakit o sikolohikal na pag-iisip na ito ay maaaring uriin ayon sa kanilang mga partikular na kondisyong sikolohikal, na maaaring talamak at hindi mapigilan, tulad ng galit, takot, walang pigil na sekswal na pagnanasa, kasiyahan sa pananakit ng iba, pagsusugal, pagnanakaw, inggit, poot, kasakiman, sama ng loob, pagmamayabang, kahangalan, at kabaliwan.

Kapag ang isang tao ay nagpapakita ng mga abnormal na pagsabog ng galit, takot, inggit, o alinman sa mga nabanggit na katangian mula pa noong bata pa, ito ay ebidensya na nakuha nila ang mga abnormal na sikolohikal na gawi na ito sa nakaraang buhay. Ang mga magulang na nakakapansin ng alinman sa mga mapaminsalang sikolohikal na tendensiyang ito sa kanilang mga anak, kahit na sa murang edad, ay dapat seryosohin ang

bagay na ito at gumawa ng mga hakbang upang maiwasan ang bata na magkaroon ng sikolohikal na adiksiyon, sa isip ay ilagay sila sa ibang kapaligiran sa ilalim ng pangangalaga ng mga espirituwal na tagapagturo.

Sa pamamagitan ng mabuting kasama at isang matulunging kapaligiran sa loob ng ilang taon, ang isang alkoholiko na may sakit sa pag-iisip ay maaaring makalaya mula sa nakakasakal na kapit ng kanilang mga bisyo. Habang tumatanggap ng wastong pangangalagang medikal sa isang matulunging kapaligiran, ang alkoholiko na may sakit sa pag-iisip ay dapat ipaalam sa mga kakila-kilabot na bunga ng kanilang mga kasuklam-suklam na gawi at hikayatin na pagnilayan ang mga ito at gumawa ng tunay na pagsisikap na maiwasan ang pagpapakita ng mga kasuklam-suklam at mapanirang pag-uugali sa anumang pagkakataon. Ang bawat pagkakataon ng pagpapakasasa sa isang bisyo na may sakit sa pag-iisip na nakuha sa isang nakaraang pagkakatawang-tao ay nagpapalakas at nagpapatibay nito sa malay na pag-iisip hanggang sa ang indibidwal ay maging alipin nito sa bawat kahulugan ng salita.

Ang taong galit, sakim, o sakim ay nakakalimutan ang kanilang lugar at binabalewala ang kanilang relasyon sa lipunan, nakakagawa ng malalaking pagkakamali na sumisira sa kanilang sariling buhay at sa buhay ng iba. Marami sa mga taong may sakit sa pag-iisip na ito ay naniniwala na sa pamamagitan ng pagpapahayag ng kanilang mga sikolohikal na gawi, sila ay naglalabas ng kanilang mga hinaing at nakakahanap ng kaunting ginhawa. Gayunpaman, ang pagpapakasasa sa mga mapaminsalang impulso ay isang ugali na may malubhang kahihinatnan, dahil sa paulit-ulit na pagpapahayag ng gayong nakasusuklam

na pag-uugali, ang isang tao ay nagiging adik sa sikolohikal, na ginagawa ang kanilang sarili na katatawanan sa paningin ng iba, sa lahat ng dako at sa lahat ng oras.

Kung ang mga bata ay nalalantad sa isang nakalalasong kapaligiran habang ang kanilang mga isipan ay umuunlad at madaling maimpluwensyahan, magkakaroon sila ng masasamang gawi na, kung hindi masusuri, ay maaaring humantong sa malubhang sakit sa pag-iisip. Ang mga magulang na nakakapansin ng biglaang pagbabago sa kanilang anak—tulad ng isang dating kalmadong bata na palaging naiinis—ay dapat magbigay ng maingat na atensyon, tukuyin at tugunan ang mga sanhi ng kanilang pagkadismaya at kawalan ng pag-asa, at maghanap ng bago at nakabubuting paraan para maipamahagi nila ang kanilang enerhiya sa isang kapaki-pakinabang at epektibong paraan.

Ang mga nagpapakita ng alinman sa mga nabanggit na katangian ay mga alkoholiko sa pag-iisip. Sila ay walang ingat at iresponsableng sumasabay sa rumaragasang agos ng masasamang gawi, sinisira ang kanilang kaligayahan sa pamamagitan ng kanilang walang magawa, kusang pagsuko sa mga agos ng kanilang mga pagnanasa at sa pamamagitan ng pagpapakita ng kanilang pinakamasamang mga katangian.

Walang saysay na sawayin, paalalahanan, o sisihin ang mga alkoholikong may sakit sa pag-iisip para sa kanilang mga marahas na tendensiya. Ang kanilang kalagayan sa pag-iisip ay resulta ng kanilang paulit-ulit na masasamang gawi. Dapat silang ituring bilang mga pasyenteng may sakit sa pag-iisip na dumaranas ng mga hindi na magagamot na sakit sa pag-iisip.

Ang pagpapalit ng kasama ang pinakamabisang lunas para sa anumang uri ng matinding pagkalasing sa pag-iisip, dahil ang kalooban ng taong lasing sa pag-iisip ay inaalipin ng nakasanayan at samakatuwid ay wala silang resistensya sa kasamaan. Ang pinakaangkop na lunas ay ang direktang paglipat sa kanila sa isang kapaligirang nagsisilbing panlunas sa kanilang malason na kalagayan ng pag-iisip. Ang isang taong magagalitin ay dapat ilagay—kung maaari—sa isa o higit pang mga tao na hindi nagagalit kahit na sa ilalim ng mapang-akit at magagaliting mga pangyayari. Ang isang taong mahilig sa pagnanasa ay dapat mapalibutan ng mga taong may pagpipigil sa sarili. Ang isang propesyonal na magnanakaw ay nangangailangan ng isang kasama ng mga tapat na tao. Ang isang taong mahiyain at matatakutin ay matutulungan sa pamamagitan ng paghikayat sa kanila na makihalubilo sa mga matatapang na indibidwal at basahin ang mga talambuhay ng mga bayani. Ang mga may matinik na ugali at maasim na disposisyon ay dapat makisama sa mga taong masayahin at natural na palakaibigan.

Dapat tandaan ng alkoholikong may sakit sa pag-iisip na ang paninigas ng dumi o mahinang paggana ng bituka, kasama ang pagkonsumo ng karne, lalo na ang karne ng baka at baboy, ay magpapalala sa kanilang sakit sa pag-iisip at lalong magpapatatag nito sa kanilang utak. Ang pagsasama ng maraming prutas at gulay sa kanilang pang-araw-araw na diyeta, pagsasagawa ng isang araw na pag-aayuno gamit ang katas ng prutas kada linggo, at paminsan- minsang pagsasama ng mas mahahabang pag-aayuno, ay lubos na makakatulong upang baguhin ang mga rehiyon ng utak kung saan nakapokus ang mga mapaminsalang gawi.

Ang labis na sekswal na aktibidad ay nakakasira sa sistema ng nerbiyos at mga selula ng utak, na nagpapasiklab ng galit sa alkoholiko na may sakit sa pag-iisip. Bukod pa rito, ang labis na pagpapakasasa sa sekswal ay nagpapahina sa lakas ng loob.

Samakatuwid, lahat ng alkoholiko na may sakit sa pag-iisip ay dapat matutong kontrolin ang kanilang mga sekswal na pagnanasa upang makapagsanay ng katamtaman sa kanilang mga relasyon sa pag-aasawa, ayon sa idinidikta ng kalikasan.

Madalas nating natutuklasan na ang mga tagapagtaguyod o tagapagtaguyod sa pamilya—ama man o anak, at sa ilang lipunan, ina o anak na babae—ay nagpapakita ng tendensiya sa alkoholismo dahil sa pakiramdam na ang kanilang posisyon ay nagbibigay sa kanila ng karapatan na kontrolin at ipataw ang kanilang kagustuhan. Ang mga diktador na ito ay hindi dapat maglabas ng kanilang galit sa mga miyembro ng pamilya na nangangailangan at umaasa sa kanila. Dahil kung gagawin nila ito, mawawalan sila ng respeto at pagpapahalaga ng kanilang mga mahal sa buhay.

Kapag naniniwala ang isang diktador ng pamilya na kaya niyang gawin ang gusto niya sa bahay, nagsisimula siyang magpakita ng kanyang mga hindi kanais-nais na katangian at kasuklam-suklam na katangian kahit sa labas ng pamilya. Kalaunan, nasasanay na siya sa kahiya-hiyang pag-uugaling ito at kumikilos nang naaayon, kahit saan at kahit kailan. Maliban kung kontrolado ng mga malupit na ito ang kanilang pagnanais na dominahin ang kanilang mga mahal sa buhay, unti-unti silang nagiging hindi matatag ang pag-iisip, kumikilos nang walang emosyonal na kapanahunan at nagdudulot ng matinding problema para sa mga malapit sa kanila, sa

mga paminsan-minsang nakikipag-ugnayan sa kanila, at pati na rin sa kanilang sarili.

Sinumang naniniwalang sila ay may sakit sa pag-iisip ay dapat magpagamot. Dapat man lang silang tumigil sa pagtatangkang makahawa ng iba. Isipin na tahimik kang nakaupo sa bahay, marahil ay nagbabasa ng libro sa tabi ng fireplace, nang biglang pumasok sa iyong bahay ang isang mabahong skunk! Natural lang na magkakaroon ng kaguluhan, at walang alinlangang susubukan mo at ng mga nakapaligid sa iyo na itaboy ang skunk, at ibabad ang inyong mga sarili sa mga hindi kanais-nais na kemikal. Bilang resulta, kapwa ang sambahayan at ang skunk ay mapipinsala.

Gayundin, hindi tama para sa isang skunk na tao na pumasok sa isang kapaligirang ayaw sa kanyang presensya, dahil maaari itong magdulot ng inis sa lahat ng nakapaligid dito, at sa huli ay tratuhin nang malupit.

Tandaan, mga kaibigan ko, na ang skunk ng tao, na may taglay na matinding panginginig ng isip na makikita sa kanyang mukha at kitang-kita sa kanyang mga mata, ay lumilikha ng malaking pinsala sa mahinahon, payapa, at tahimik na kapaligiran. Ang taong ito ay hindi tinatanggap kahit saan.

Mas mainam na itago ang sariling kalagayan ng pag-iisip kaysa magpadala sa impluwensya nito sa mga tao. Ang nakakahiyang pagpapakasasa, o pagbibigay-laya sa sariling mga pagnanasa at hilig, ang matabang lupa kung saan lumalaki at umuunlad ang mga impulso bago at pagkatapos manganak. Samakatuwid, ang sinumang dumaranas ng sakit na ito ay dapat maging mas mapagmatyag laban sa pamumuhay sa isang kapaligirang nagpapalago ng

likas na sikolohikal na binhi ng masasamang gawi o agresibong mga tendensiya.

Siyempre, kapag may nakilala kang isang taong nagkunwaring pambobola at tinatawag kang artipisyal na ngiti, "Ang tagal na nating hindi nagkita!" habang sinasabi sa sarili, "Sumpain nawa ng Diyos ang oras na nagtagpo sa atin," nararamdaman mo ang kanyang nararamdaman, nakakaramdam ka ng pagkasuklam sa kanya, at nasusuklam ka sa kanyang huwad na pambobola.

Sa personal, gusto kong malaman kung ano ang aking katayuan sa mga taong mas gusto ko ang katapatan, gaano man ito kasakit o kalupit, kaysa sa pagkukunwari. Walang sinuman ang gustong itutok sa kanila ang ahas ng pagkukunwari mula sa ilalim ng isang palumpon ng mga mala-rosas na ngiti o sa likod ng matamis at mapang-akit na mga salita.

Sa kabila ng lahat ng nabanggit, mas makabubuti para sa alkoholikong may sakit sa pag-iisip na maging palakaibigan sa iba, kahit na para lamang sa pagpapakitang-gilas at pagkukunwari, kaysa sa paghahawa sa kanila ng mga lason ng kanyang nakababahalang karakter.

Ang pang-araw-araw na pagsasagawa ng pagpipigil sa sarili, kahit sa maliliit na bagay, ay makakatulong sa alkoholikong may sakit sa pag-iisip na unti-unting makatakas sa kaniyang nakapanlulumong pagpapakasasa sa masasamang gawi.

Sumainyo ang kapayapaan

Kapangyarihan ng konsentrasyon

Para maging handa ang isang naghahanap, dapat silang umupo nang tahimik at ituon ang kanilang mga

iniisip sa isang hangaring karapat-dapat pagtuunan ng pansin hanggang sa ang kanilang isip at mga iniisip ay ganap na masipsip ng ideyang iyon. Kapag ang kalooban ng tao ay naaayon sa banal na kalooban na nakakaalam ng lahat at makapangyarihang Diyos, maaari itong matagumpay na magamit upang makamit ang ninanais na layunin. Hindi maaaring umupo lamang at maghintay na mapunta sa kanila ang tagumpay. Kapag itinakda mo ang iyong landas at nagpasyang sumulong, dapat mong buhayin ang iyong kalooban at magsikap, at matutuklasan mo na ang lahat ng elemento ng tagumpay ay darating sa iyo kung saan hindi mo inaasahan. Sa iyong kalooban, na puno ng banal na agos, ay nakasalalay ang sagot sa iyong mga panalangin. Kapag ginamit mo ang kaloobang iyon, binubuksan mo ang bintana kung saan mo matatanggap ang sagot sa iyong mga panalangin. Ito ang aking sariling karanasan. Noong nakaraan, sinubukan kong gumawa ng ilang bagay para lamang subukan ang aking kalooban, ngunit ngayon ay hindi ko na ginagawa iyon dahil alam ko na ang resulta: lahat ng aking ninanais ay natutupad.

Minsan, maraming taon na ang nakalilipas, nakita ko ang isa sa aking mga disipulo na naliligaw. Dahil nahulaan ang hindi maiiwasan at masakit na mga bunga ng kanyang mga ginawa, sinubukan ko siyang hikayatin sa lahat ng lohikal na paraan na tumalikod sa kanyang landas. Ngunit nalaman kong hindi ko siya matulungan, dahil determinado siyang magpatuloy sa landas ng kasamaan. Sa wakas, sinabi ko sa aking sarili, "Dahil gusto niya itong gawin, hahayaan ko na lang siya." Ngunit mabilis na bumalik ang aking pagmamahal at pagmamalasakit sa kanya, at umupo ako sa ilalim ng puno ng banyan at inisip siya. Taglay

ang masidhing sigasig, patuloy kong ipinadala sa kanya ang sumusunod na mensahe sa isipan: "Ipinapakiusap kong bumalik ka." Kinagabihan, isang malakas at intuwisyonang pakiramdam ang pumukaw sa akin, kapwa sa katawan at isipan, na siya ay tunay ngang babalik. Bigla, lumitaw ang "alibughang anak," pagkauwi niya ay binati niya ako nang may pagyuko at sinabing, "Buong araw, saanman ako magpunta at anuman ang gawin ko, nakita ko ang iyong mukha. Ano ang ibig sabihin nito?" Sabi ko, "Tinatawag ka ng Diyos sa pamamagitan ko. Ito ay Kanyang tawag, hindi akin. Hindi ako makasarili. Ngunit determinado akong huwag lisanin ang lugar na ito hangga't hindi ka bumabalik." Ang ganitong uri ng determinasyon ay maaaring magdulot ng malalaking pagbabago sa mundo. Tunay ngang isang kamangha-mangha at kamangha-manghang kapangyarihan!

Samakatuwid, ang malalim na panalangin ay may makapangyarihan at malalim na epekto. Ang pinakamagandang oras para sa panalangin ay sa gabi kapag minimal lang ang mga pang-abala. Kung kailangan mong matulog sa gabi, gawin ito upang mapanatiling alerto at nakatutok ang iyong isip habang nananalangin sa gabi, at upang makasama ang Diyos. Maaaring mukhang mahirap ito sa una, ngunit magiging mas madali ito sa patuloy na pagsisikap, at magugulat ka sa mga kahanga-hangang resulta na iyong makakamit. Kapag mayroon kang kakaiba at dinamikong kalooban, magsisimulang tumugon ang Diyos. At kapag binasag ng walang hanggang Absolute ang katahimikan nito, malulunod ka sa kagalakan. Ngunit hangga't ang isang tao ay may kahit isang makasariling pagnanais na

patunayan ang kapangyarihan ng kanilang mga panalangin sa iba, o kung gagawin nila itong isang kalakal para kumita, mawawala sa kanila ang kapangyarihang iyon, at hindi na sila sasagutin ng Diyos, dahil nagtayo sila ng hadlang sa pagitan nila at ng Diyos, na inilalayo ang kanilang sarili sa Kanya. Ang Diyos ay lalapit lamang sa naghahanap kapag sila ay taos-puso at totoo, at kapag mahal nila Siya para sa Kanyang kapakanan. Kapag ang isang tao ay makasarili at gumagamit ng pagmamataas at pagyayabang, alam ng Diyos na hindi nila gusto ang mga ito kundi sa halip ay hinahangad nilang luwalhatiin ang kanilang sariling pagmamataas, at hindi Niya tatanggapin ang kanilang paanyaya.

Sino ang magtitiis nang may determinasyon at pagtitiyaga hanggang sa sumagot ang Diyos?

Ang Diyos ang pinakadiwa ng pag-ibig at ang pinagmumulan ng pagmamahal Kung alam mo kung paano magnilay-nilay nang may layuning kumonekta sa Kanya, tutugon Siya sa iyong mapagmahal na mga kahilingan Hindi mo na kailangang magmakaawa para maabot Siya Ngunit sino ang maglalaan ng kinakailangang oras? At sino ang magtitiyaga hanggang sa sila ay maging isang nagliliyab na apoy ng pagtutunon ng isip upang matanggap ang Kanyang sagot?

Kung mayroon kang mga utang na hindi mo mabayaran, o kung nais mo ng trabaho, magnilay-nilay muna. Sa katahimikan na kasunod ng malalim na pagmumuni-muni, ituon ang iyong isip nang may matibay na determinasyon sa iyong pangangailangan, ngunit huwag palaging subaybayan ang resulta. Kung magtatanim ka ng binhi sa lupa at patuloy itong

huhukayin upang makita kung ito ay lumalaki, hindi ito kailanman sisibol. Gayundin, kung hahanap ka—sa bawat oras na mananalangin ka—ng isang senyales na ipinagkaloob ng Diyos ang iyong hiling, hindi mo makukuha ang gusto mo. Patuloy na manalangin nang walang pagkaantala at iwanan ang natitira sa Diyos. Ang iyong tungkulin ay ituon ang atensyon ng Diyos sa iyong pangangailangan at gawin ang iyong bahagi sa pagtulong sa Kanya na matupad ang iyong pag-asa. Sa kaso ng mga malubhang sakit, halimbawa, gawin ang lahat ng iyong makakaya upang isulong ang paggaling. Ngunit alamin nang may katiyakan na ang pangwakas na lunas ay nasa mga kamay ng Diyos. Hayaang samahan ka ng kaisipang ito sa iyong pagmumuni-muni tuwing gabi. Manalangin nang may malaking determinasyon at lubos na tiwala, at balang araw ay matutuklasan mo na ang sakit ay biglang nawala.

Ang isip ay unang tumatanggap ng mga mungkahi, pagkatapos ay binibigyan ng Diyos ang isip ng Kanyang kapangyarihan. Sa huli, inilalabas ng utak ang puwersa ng buhay upang magdulot ng paggaling. Hindi mo alam ang lawak ng banal na kapangyarihang nakaimbak sa iyong isip. Kinokontrol nito ang lahat ng tungkulin ng katawan. Maaari mong gamutin ang anumang pisikal na kondisyon gamit ang kapangyarihang ito ng isip. Mahalagang malaman muna ang tamang paraan ng pagmumuni-muni, at pagkatapos ay magagamit mo ang kapangyarihan ng konsentrasyon, na pinahusay ng banal na kapangyarihan, upang pagalingin ang katawan o harapin ang anumang iba pang karamdaman.

Sikapang gumawa ng isang bagay na mahirap araw-araw Patuloy na sumubok, kahit na mabigo ka

nang limang beses Kapag nagtagumpay ka, gamitin ang iyong nakatutok na lakas ng loob upang makamit ang ibang bagay Sa ganitong paraan, makakamit mo ang mga dakilang bagay sa mas mabilis na bilis Ang lakas ng loob ay isang buhay na pagpapahayag ng wangis ng Diyos sa loob mo Sa lakas ng loob ay nakasalalay ang walang hanggang kapangyarihan: ang parehong kapangyarihang kumokontrol sa lahat ng puwersa ng kalikasan At dahil nilikha ka sa wangis ng Diyos, ang kapangyarihang iyon ay nasa iyong mga kamay upang makamit ang anumang iyong ninanaais: maaari kang lumikha ng kasaganaan at kasaganaan at baguhin ang poot tungo sa pag-ibig Hilingin sa Diyos na tulungan kang kontrolin ang katawan at isip, at pagkatapos ay matatanggap mo ang sagot ng Diyos Palagi kong nakikita na ang aking pinakamataas na hangarin ay natupad na

Ang ating pinakamalaking pangangailangan ay para sa Diyos

Sa noo, sa pagitan ng mga kilay, ay naroon ang pasukan patungo sa langit. Ang sentro ng utak na ito ang luklukan ng kalooban. Kapag itinuon mo ang iyong isip sa sentrong ito at kalooban nang mahinahon, anumang naisin mo ay matutupad. Samakatuwid, hindi mo dapat gamitin ang iyong kalooban para sa masasamang layunin. Ang pagnanais na saktan ang ibang tao, o ang pagnanais na saktan ang taong iyon, ay isang kakila-kilabot na maling paggamit ng kapangyarihang ipinagkaloob sa iyo ng Diyos. Kung nalaman mong inililigaw ka ng iyong kalooban, dapat kang huminto kaagad. Dahil ang pagpapatuloy sa direksyong iyon ay hindi lamang pag-aaksaya ng sagradong enerhiya, kundi magiging sanhi rin ito ng pagkawala ng kapangyarihang iyon,

at hindi mo na ito magagamit kahit para sa mabubuting layunin.

Una sa lahat, ang mga panalangin ay dapat na lohikal at lehitimo. Hindi tayo dapat humingi sa Diyos ng mga bagay na imposible o hindi makatwiran sa natural na kaayusan ng buhay. Dapat lamang nating hilingin ang ating mga mahahalagang pangangailangan. Dapat ding gawin ang pagkakaiba sa pagitan ng "mga mahahalagang pangangailangan" at "mga hindi mahahalagang pangangailangan". Ang pinakamahusay na paraan upang gamutin ang sarili mula sa "mga hindi mahahalagang pangangailangan" ay ang suriin at suriing mabuti ang mga pangangailangang iyon sa liwanag ng lohika at pangangatwiran. Ang pangangarap ng mga malalaking gusali ay dating isa sa aking mga libangan, ngunit ang pagnanais na iyon ay naglaho na ngayon. Marami na akong ganitong mga istruktura, kasama ang lahat ng mga problemang kaakibat nito sa mga tuntunin ng pagkukumpuni at pagpapanatili. Ang pagmamay-ari ay isang mabigat na responsibilidad. Ang pagnanais na magkaroon ng mga baog na bagay ay dapat isuko, at dapat tumuon lamang sa mga aktwal na pangangailangan.

Ang pinakamalaking pangangailangan ng tao ay ang Diyos. Kapag nakilala niya Siya, ipagkakaloob Niya sa kanya hindi lamang ang kanyang "mga kinakailangang pangangailangan," kundi pati na rin ang kanyang "mga hindi kinakailangang pangangailangan"! Tutuparin Niya ang bawat hangarin ng kanyang puso, tulad ng pagtupad Niya sa kanyang pinakamamahal na mga inaasam at pangarap.

Noong bata pa ako sa India, matindi ang aking pagnanais na magkaroon ng pony, ngunit hindi ako pinayagan ng aking ina. Pagkalipas ng ilang taon, nang itatag ko ang paaralan ng aking mga anak na lalaki sa Ranchi, nagdala ako ng isang kabayong babae para magamit namin Isang umaga, nalaman kong nanganak na siya ng isang batang kabayo, tulad ng aking hinahangad noong aking pagkabata! Maraming beses na akong naranasan ng ganitong mga pagsubok. Matagal na panahon na ang nakalilipas, habang nasa isang paglalakbay patungong Kashmir, nakita ko ang gusaling ito (ang punong-himpilan ng kaalaman sa sarili) sa isang pangitain. Pagkalipas ng ilang taon, nakita ko ang lugar na ito at agad kong nakilala ito bilang ang parehong gusaling nakita ko sa pangitain, napagtanto na nilayon ng Diyos na maging akin ito.

Kapag ikaw ay nananalangin nang malalim at matiyaga, makakaramdam ka ng malaking kagalakan na pupuno sa iyong puso at pagkatao.

Huwag kang makuntento o makumbinsi hangga't hindi mo nararamdaman ang kagalakang iyon, dahil kapag naramdaman mo ang labis na kagalakan sa iyong puso, malalaman mo na ang iyong panalangin ay nakarating na sa Diyos at ikaw ay nasa Kanyang isipan at ibibigay ka ng iyong Panginoon at ikaw ay masisiyahan.

Nawa'y pagkalooban ka ng Diyos ng tagumpay. Sumaiyo nawa ang kapayapaan.

Apat na mahahalagang pamamaraan



Ang koneksyon sa pagitan ng espirituwal na sarili at ng katawan at isipan ang ugat ng lahat ng ating sakit, limitasyon, paghihigpit, pagkukulang, at kakulangan. Dahil sa koneksyon na ito, nararanasan natin ang kasabikan gaya ng sakit at kasiyahan, hanggang sa puntong hindi natin mararanasan ang banal na kaligayahan o kamalayan. Ang relihiyon, sa esensya nito, ay kinabibilangan ng patuloy na pag-iwas sa sakit at pagkamit ng purong kaligayahan, o ng .Diyos

Kung paanong ang tunay na imahe ng araw ay hindi malinaw na makikita sa ibabaw ng magulong tubig, gayundin ang tunay at maligayang kalikasan ng espirituwal na kaluluwa (ang repleksyon ng buong espiritu) ay hindi mauunawaan o mahahawakan ng mga alon ng kaguluhan at pagkabalisa na nagmumula sa pagkakaugnay ng kaluluwa sa pabago-bago at nagbabagong mga estado ng katawan at isipan. At kung paanong ang magulong tubig ay pumipilipit sa tunay na imahe ng araw, gayundin ang isang magulong isip ay pumipilipit sa walang hanggang maligayang kalikasan ng panloob na kaluluwa sa pamamagitan ng pagkakaugnay .o pagkakabit na ito

Ang layunin ng kabanatang ito ay upang tuklasin ang pinakamadali, pinakatama, at pinakaepektibong mga paraan na maaaring gawin ng lahat, na magpapalaya sa walang hanggang kaligayahang espirituwal na sarili mula sa masakit na pagkakabit nito sa isip at katawan, sa gayon ay

permanenteng inililigtas ito mula sa sakit at pagdurusa at
itinataas ito sa espirituwal na kaligayahan na siyang esensya
.ng relihiyon

:Sinasabi ng mga aklat ng karunungan Silangan

Kung kaya mong umangat sa ibabaw ng katawan at"
mapagtanto na ikaw ay isang kaluluwa, magkakaroon ka ng
walang hanggang kaligayahan at magiging malaya mula sa
".lahat ng sakit

Mayroong apat na pundamental at unibersal na landas

ng relihiyon na ang pang-araw-araw na pagsasagawa ay
nakakatulong na palayain ang espirituwal na sarili mula sa
mga limitasyon ng katawan at isipan. Saklaw ng apat na
landas na ito ang lahat ng makatwirang kasanayan sa
relihiyon na itinuro o inirerekomenda ng mga propeta, santo,
.at mga naliwanagang pantas

Ang mga gawaing pangrelihiyon ay ang mga itinatag at
itinuro ng mga propeta sa anyo ng iba't ibang doktrina. Ang
mga may limitadong kaalaman ay nabibigong maunawaan
ang tunay na kahalagahan ng mga doktrinang ito,
tinatanggap ang kanilang mababaw na kahulugan at unti-
unting bumababa sa antas ng mga ritwal, seremonya, anyo,
kaugalian, tradisyon, at mahigpit na gawain. Ito ang
.pinagmumulan ng panatismo sa mga partido at sekta

Dapat nating mapagtanto na hindi tayo nilikha para sa
mga patakaran at batas, ngunit umiiral ang mga ito para sa
atin. Nagbabago ang mga ito habang tayo ay nagbabago at
umuunlad habang tayo ay umuunlad, at tungkulin nating
sumunod sa diwa ng patakaran, hindi sa panlabas na anyo
.nito, dahil sa kamangmangan at panatismo

Ang mga kaugalian at anyo ng pagsamba ay
nagkakaiba-iba ayon sa iba't ibang paaralan ng kaisipan,
ngunit ang dalisay na diwa ng iba't ibang paaralan ng
kaisipan ng mga propeta ay iisa sa kaibuturan nito, ngunit
!karamihan sa mga tao ay hindi nauunawaan iyon

Tinatangka ng mga dakilang palaisip na tukuyin ang tunay na katotohanan gamit ang kanilang mga kakayahan sa pag-iisip, ngunit nabibigo sila dahil ang tunay na katotohanan ay hindi maaaring maunawaan sa .pamamagitan lamang ng kaalaman sa pag-iisip. Ang kaalaman ay naiiba sa simpleng pag-unawa. Hindi makatwirang unawain ang tamis ng pulot-pukyutan kung hindi pa ito natitikman. Gayundin, ang kaalamang pangrelihiyon ay nagmumula sa kaibuturan ng karanasan ng tao. Kadalasan, ganito ang ginagawa natin kapag sinusubukan nating unawain ang Diyos, mga doktrinang pangrelihiyon, at moralidad; bihira nating hangaring malaman ang mga bagay na ito sa pamamagitan ng panloob .at espirituwal na karanasan.

Nakalulungkot na ang mga may kakayahang intelektwal na kayang gamitin ang kanilang isipan upang matuklasan ang mga katotohanan ng mga natural na agham at iba pang larangan ng kaalaman ay kadalasang naniniwala na kaya nilang maunawaan ang pinakamataas na katotohanang relihiyoso at moral sa pamamagitan lamang ng pandama. Nakalulungkot, sa halip na maging isang mapagkukunan ng tulong, ang kanilang mga isipan at kakayahang intelektwal ay kadalasang nagsisilbing mga hadlang, na humahadlang .sa kanilang pag-unawa sa esensya ng katotohanan.

Ngayon, ating obserbahan ang apat na landas ng :relihiyon na nagpapakilala sa espirituwal na paglago.

Una: Ang pamamaraang pangkaisipan – ang karaniwan at natural na pamamaraan, ngunit hindi episyente sa mga tuntunin ng napakabilis na persepsyon. Ang pag-unlad at paglago ng isip ay natural at karaniwan sa lahat ng may malay na nilalang. Ang ating kamalayan sa sarili ang nagpapaiba sa atin mula sa mas mababang mga hayop, na nagtataglay ng iba't ibang antas ng kamalayan ngunit hindi .kamalayan sa sarili.

Sa mga yugto at proseso ng pag-unlad at ebolusyon, natutuklasan natin na ang kamalayang ito ay unti-unting nagiging kamalayan sa sarili. Mula sa kamalayang hayop ay lumilitaw ang pakiramdam ng sarili, at unti-unting sinusubukan ng kamalayan na palayain ang sarili at kilalanin ang sarili sa pamamagitan ng sarili nito. Kaya, lumilipat ito sa kamalayan sa sarili; ang transisyong ito ay dahil sa natural na kaayusan ng pag-unlad. Ang pag-iisip ng tao, na konektado sa maraming pisikal at mental na estado, ay unti-unti at natural na sinusubukang bumalik sa tunay nitong .sarili sa pamamagitan ng sarili nito

Ang pagbuo ng malay na pag-iisip ay isa sa mga paraan na itinataas ng espirituwal na sarili ang sarili at pinalalaya ang sarili mula sa pisikal at mental na mga limitasyon. Ang pagsisikap ng espirituwal na sarili na bumalik sa tunay nitong sarili sa pamamagitan ng pag-unlad ng pag-iisip at .pagninilay ay natural. Ito ang paraan ng mundo

Ang unibersal na espiritu ay nagpapahayag ng sarili sa iba't ibang yugto ng paglago: mula sa pinakamababa hanggang sa pinakamataas. Sa bato at lupa, walang kamalayan o buhay gaya ng ating nakikita, habang sa mga puno ay may vegetative growth, ibig sabihin, isang paglapit sa buhay. Gayunpaman, walang malaya, walang hadlang na buhay o malay na proseso ng pag-iisip. Sa mga hayop, mayroong buhay at kamalayan sa buhay. Sa sangkatauhan —ang tugatog—may buhay na may kamalayan dito, bilang karagdagan sa kamalayan sa sarili sa loob ng kaluluwa. Samakatuwid, natural para sa sangkatauhan na paunlarin ang sarili sa pamamagitan ng pag-iisip, pagsusuri, at pagmumuni-muni, sa pamamagitan ng malalim na pag-aaral ng mga libro, at sa pamamagitan ng pananaliksik, paggalugad, masusing pagsisiyasat, eksperimento, at pagtatangka na maabot ang pinagmulan ng mga sanhi at .bunga sa natural na mundo

Habang lumalalim ang pag-iisip ng isang tao, mas ginagamit niya ang pamamaraan kung paano niya naabot ang kanyang kasalukuyang antas sa proseso ng pag-akyat sa kosmiko, at mas napapalapit siya sa Kataas-taasang .Espiritu

Dahil itinataas natin ang ating sarili sa pamamagitan ng isip kaysa sa katawan at mga pangangailangan nito, ang tama at sinadyang paggamit ng pamamaraang pangkaisipang ito ay magbubunga ng tiyak at tiyak na mga resulta. Ang pagsasanay sa isip sa pamamagitan ng masusing at malalim na pag-aaral upang makakuha ng kaalaman sa isang partikular na larangan ay nakakatulong upang mapabuti ang kamalayan sa sarili sa ilang antas, ngunit hindi ito—sa mga tuntunin ng kahalagahan—kasinghalaga ng proseso ng pag-iisip na naglalayong .malampasan ang katawan at maunawaan ang katotohanan Sa India, ang pinakamataas na anyo ng mental na pamamaraan ay tinatawag na Jnana Yoga, na nangangahulugang pagkamit ng tunay na karunungan sa pamamagitan ng pag-alaala at pag-unawa; tulad ng kapag ang isang tao ay patuloy na nagpapaalala sa kanyang sarili: "Hindi ako ang katawan, at ang mga panandaliang imahe ng buhay sa lupa ay hindi makakaapekto sa akin. Ako ay ".espiritu

Gayunpaman, ang isang disbentaha ng pamamaraang ito ay ito ay isang mabagal na proseso ng pagsasakatuparan sa sarili, at maaaring mangailangan ng malaking oras. Habang ang espirituwal na sarili ay nagsisimulang makamit ang kamalayan sa sarili, nananatili itong abala sa isang serye ng panandalian at hindi magkakaugnay na mga kaisipan. Ang katahimikan ng kaluluwa, sa kabilang banda, ay lumalampas sa katwiran at nangingibabaw sa mga pisikal na sensasyon, kahit na—kapag natanto—ito ay lumalaganap .at nangingibabaw sa mga sensasyong iyon

Pangalawa: Ang pamamaraang debosyonal - na kinabibilangan ng pagsisikap na ituon ang ating isipan sa isang ideya sa halip na ituon ito sa iba't ibang ideya at iba't ibang bagay (tulad ng sa pamamaraang pangkaisipan) Saklaw ng pamamaraang debosyonal ang lahat ng anyo ng pagsamba, tulad ng panalangin (na dapat mapalaya mula sa lahat ng makamundong kaisipan). Sa pamamaraang ito, ang espirituwal na sarili ay dapat na ituon ang isip nito nang malalim at may paggalang sa anumang pipiliin nitong pagtuunan ng pansin: maging sa isang partikular na konsepto ng kabanalan o sa ganap at sumasaklaw sa lahat .ng pag-iral

Ang mahalagang punto ay para sa naghahanap na ituon ang kanilang isipan sa iisang debosyonal na ideya nang may matinding sigasig at sigasig. Sa pamamagitan ng prosesong ito, ang espirituwal na sarili ay unti-unting napalalaya mula sa maraming pang-abala sa pag-iisip at nagkakaroon ng oras at pagkakataon na kinakailangan para sa malalim na pagninilay-nilay sa esensya nito. Kapag tayo ay nananalangin nang may lubos na katapatan mula sa kaibuturan ng ating mga puso, nalilimutan natin ang lahat ng pisikal na sensasyon at isinasantabi ang lahat ng nakakaabala na kaisipan na nagtatangkang makuha ang .ating atensyon at sakupin ang ating mga isipan

Habang mas malalim ang ating mga panalangin, mas malaki ang ating kasiyahan. Ito ang nagiging sukatan kung paano natin sinusukat ang ating pagiging malapit sa Diyos, na siyang sukdulang kaligayahan. Sa pamamagitan ng pagsasantabi ng mga pisikal na pagnanasa at pagkontrol sa mga nakakagambala at magkakasalungat na kaisipan, nagiging malinaw ang kahigitan ng pamamaraang ito kaysa .sa nauna

Gayunpaman, ang pamamaraang ito ay may mga kakulangan at kahirapan na nagmumula sa mahaba at patuloy na pagkakabit ng espirituwal na sarili sa katawan at

sa pagkaalipin nito dito, at sinusubukan nitong ilayo ang isip
nito mula sa larangan ng pisikal at mental na mga
.sensasyon ngunit walang saysay

Sa kabila ng taos-pusong pagnanais ng isang tao na
manalangin o lubusang ilubog ang kanilang sarili sa ilang uri
ng pagsamba, ang kanilang isipan ay nananatiling mahina sa
pagdagsa ng walang pigil na pisikal na sensasyon at
panandaliang mga kaisipang inihahatid at sinusuri ng alaala.

Sa panalangin, madalas tayong labis na nag-aalala sa
paglikha ng tamang mga kondisyon para sa panalangin o
sabik na inaabangan ang pag-alis ng mga pisikal na
.kakulangan sa ginhawa

Sa kabila ng lahat ng ating malay na pagsisikap, ang
ating mga hindi malusog na gawi, na naging pangalawang
kalikasan na natin, ay nangingibabaw sa mga pagnanasa ng
kaluluwa at naghihigpit sa mga kakayahan nito. Sa kabila ng
ating taos-pusong pananabik, ang isip ay nananatiling
nababagabag at nalilito, kaya naman naaangkop ang
kasabihang "kung nasaan ang iyong isip, naroon din ang
iyong puso". Hinihiling sa atin na manalangin sa Diyos nang
buong puso, ngunit kadalasan ay nananalangin tayo habang
ang ating mga puso ay binabagabag ng mga bagyo ng mga
.kaisipan at mga impresyon ng pandama

Pangatlo: Ang Paraang Meditasyon – Ang pamamaraang
ito at ang kasunod nito ay pulos praktikal at may kasamang
inilapat na pagsasanay. Inirerekomenda ang mga ito ng mga
dakilang pantas na nakaalam ng katotohanan sa kanilang
buhay. Natutunan ko mismo ang dalawang pamamaraang ito
.mula sa isa sa mga dakilang gurong espirituwal na ito

Sa pamamagitan ng pagsasanay ng meditasyon
hanggang sa maging isang matatag na nakagawian, maaari
tayong makalikha ng isang estado ng malay na pagtulog.
Ang tahimik at kaaya-ayang estadong ito ay kadalasang
nararanasan kapag tayo ay mahimbing na natutulog at
papalapit na sa kawalan ng malay, o kapag tayo ay

nagigising mula rito at papalapit na sa isang estado ng
.kamalayan

Sa ganitong kalagayan ng malay na pagtulog, tayo ay
napalaya mula sa lahat ng panlabas na kaisipan at pisikal na
sensasyon, at ang kaluluwa ay nakakapag-isip tungkol sa
sarili nito at nalalapit sa masayang kalagayan paminsan-
minsan, ayon sa lalim ng pagmumuni-muni at bilis ng
.pagsasanay

Sa ganitong kalagayan, tayo ay walang malay at malaya
mula sa mga pisikal at mental na kaguluhan na sumasakop
sa isip. Sa pamamagitan ng prosesong ito ng meditasyon,
ang mga panlabas at pandama na organo ay kinokontrol sa
pamamagitan ng pagpapakalma sa mga boluntaryong
.nerbiyos, tulad ng sa estado ng pagtulog

Ang estadong ito ng pagmumuni-muni ang una, ngunit
hindi ang huli, na yugto ng aktwal na pagmumuni-muni. Sa
(malay na pagtulog), natututo tayong kontrolin lamang ang
mga panlabas na pandama. Ang pagkakaiba lamang ay sa
normal na pagtulog, ang mga pandama ay awtomatikong
kinokontrol, habang sa pagmumuni-muni, kinokontrol ang
mga ito sa pamamagitan ng malay na pagsisikap.

Gayunpaman, sa unang yugtong ito ng pagmumuni-muni,
ang espirituwal na sarili ay nananatiling madaling kapitan ng
panghihimasok mula sa mga hindi sinasadyang panloob na
tungkulin ng katawan tulad ng mga бага, puso, at iba pang
mga organo na mali nating pinaniniwalaang lampas sa ating
.kontrol

Samakatuwid, dapat tayong maghanap ng mas mainam
na paraan kaysa dito, dahil maliban kung ang espirituwal na
sarili ay kayang pigilan ang mga pandama ng katawan sa
pamamagitan ng kalooban, pati na rin ang mga panloob na
pandama na nagpapahintulot sa paglitaw ng mga kaisipan,
nananatili itong mahina sa mga kaguluhang ito nang walang
pag-asang makontrol at mapigilan ang mga ito, o
.magkaroon ng pagkakataong makilala ang sarili nito

Pang-apat: Ang Siyentipikong Paraan ng Yoga – Sinabi ni

San Pablo, “Namamatay ako araw-araw.” Sa ganitong paraan, ang ibig niyang sabihin ay alam niya kung paano kontrolin ang kanyang mga panloob na organo at palayain ang kanyang espirituwal na sarili sa pamamagitan ng paghahangad mula sa katawan at isipan. Ang mga ordinaryong tao na hindi sinanay ay nakakaranas ng katulad na kalagayan ng malapit na kamatayan, kapag ang espirituwal na sarili ay napalaya mula sa nabubulok na .katawan

Sa pamamagitan ng wastong pagsasanay at pagsasagawa ng praktikal at regular na pamamaraan, mararamdaman ng nagsasagawa ang paghihiwalay ng espirituwal na sarili mula sa katawan nang hindi nararanasan .ang huling kamatayan

Dito ko ipapakita ang pangkalahatang-ideya ng pamamaraan at ang matibay na teoryang siyentipiko na pinagbabatayan nito. Ang aking iniaalok ay mula sa aking personal na karanasan at masasabing pangkalahatang wasto. Maaari ko ring sabihin at pagtibayin na ang kaligayahan, na siyang ating pangunahing layunin—tulad ng aking ipinaliwanag—ay lubos na naipapakita sa pagsasagawa ng pamamaraang ito. Sa katunayan, ang pagsasagawa mismo ay lubos na kasiya-siya. Maaari kong pagtibayin na ito ay higit na kasiya-siya kaysa sa pinakadakilang kasiyahang pandama na makakamit sa pamamagitan ng limang pandama o ng talino. Hindi ko nais na mag-alok ng anumang patunay ng bisa ng pamamaraang ito maliban sa mararanasan ng taong nagsasagawa nito.

Kung mas matiyaga at regular na isinasagawa ito ng naghahanap, mas madarama nila ang kanilang sarili na .matatag sa kamalayan ng kaligayahan

Dahil ang masasamang gawi ay napakatigas at malalim na nakatanim, ang pisikal na kamalayan ay nagigising paminsan-minsan, sinasalakay ang estado ng katahimikan

kasama ang lahat ng mga alaalang pandama nito.
Gayunpaman, sa pamamagitan ng regular at matagalang
pagsasanay, masisiguro natin sa nagsasagawa na darating
ang panahon na matatagpuan nila ang kanilang sarili sa
isang estado ng kahanga-hangang espirituwal na
kaligayahan. Ngunit hindi natin dapat subukang isipin ang
mga resulta na idudulot ng pamamaraan at pagkatapos ay
iwanan ang pagsasanay pagkatapos ng isang maikling
pagsubok. Ang tunay na tagumpay at tiyak na pag-unlad ay
nangangailangan ng pagsunod sa mga sumusunod na
.mahahalagang punto

Una: Bigyang-pansin ang paksang nais mong matutunan

Pangalawa: Isang tunay na pagnanais na matuto nang
may masigasig na diwa ng pagsisiyasat

Pangatlo: Pagtitiyaga hanggang sa makamit ang
ninanais na layunin

Kung lalampas tayo sa kalahati at pababayaang ang
pamamaraan pagkatapos ng isang simpleng pagsasanay,
.hindi natin makukuha ang resultang inaasahan natin

Tunay ngang nakalulungkot na ginugugol ng mga tao
ang halos lahat ng kanilang oras sa pagkuha ng mga
materyal na pangangailangan o pakikilahok sa mga
teoretikal na talakayan at mga intelektuwal na debate,
ngunit bihirang subukang tuklasin at maranasan mismo ang
mga espirituwal na katotohanan na nagpapayaman at
nagpapasigla sa buhay, at sa katunayan ay nagbibigay dito
ng kahulugan. Ang kanilang mga isipan ay abala sa mga
walang kabuluhang bagay, mga hindi mahahalagang
alalahanin, at masidhing pagnanasa, sa halip na maayos na
.ituon patungo sa layuning ito

Sa loob ng maraming taon ay isinasagawa ko ang
nabanggit na pamamaraan, at sa tuwing isinasagawa ko ito
ay nakakaramdam ako ng malaking kagalakan o isang
estado ng patuloy na kaligayahan na ang momentum ay
.hindi nababawasan at ang daloy ay hindi humihinto

Dapat nating tandaan na ang espirituwal na kaluluwa ay nakakulong ng katawan sa loob ng maraming panahon at mahabang panahon, at maaaring hindi ito mapalaya sa isang araw lamang. Ang maikli at paulit-ulit na mga pagsasanay ay hindi maaaring magbigay sa nagsasagawa ng napakagandang espirituwal na kaligayahan o garantiya ng kontrol sa mga panloob na organo. Nangangailangan ito ng seryoso at sinadyang pagsasanay sa mahabang panahon.

Gayunpaman, ang maingat na paggamit ng mga pamamaraang ito ay nakakapagdulot ng isang pakiramdam ng purong kaligayahan. Habang papalapit ang isang tao sa kaligayahang ito, mas lalo niya itong isinasabuhay. Ang kalagayang ito ay hindi nilikha o inimbento ng sinumang tao; ito ay natural na umiiral, at kailangan lamang natin itong tuklasin sa ating sarili.

Sumainyo ang kapayapaan

Lakas ng loob at ang impluwensya ng kapaligiran

Ang mga problema at inis ay nagmumula sa kawalan ng kamalayan ng isang tao sa kanilang mga nakaraang kilos, na nagawa sa isang partikular na oras at lugar. Ang kanilang kasalukuyang pagdurusa ay nagmumula sa mga kaisipan at gawa na kanilang binigkas, na nag-ugat sa lupa ng kamalayan, sumibol at naging isang halaman at namumunga na sumasalamin sa mismong mga kaisipan at kilos na kanilang ginawa.

Ang mga pagsubok at paghihirap ay hindi dumarating upang sumira at paralisado ang isang tao, bagkus ay upang tulungan silang pahalagahan ang Diyos ayon sa Kanyang tunay na karapat-dapat at igalang ang Kanyang mga batas upang makamit nila ang tunay na kaligayahan.

Hindi nagpapadala ang Diyos ng ganitong kalupit na mga pagsubok dahil ang mga ito ay pangunahing

kagagawan ng tao. Nasa sangkatauhan ang paggising sa kamalayan nito mula sa pagkakatulog ng kamangmangan at pagbangon mula sa dilim ng kamangmangan patungo sa liwanag ng kaalaman.

Sa larangan ng espirituwal na kaalaman

Sinabi ng guro sa isang disipulo na humingi ng kanyang gabay sa espirituwal na landas:

Huwag mong hangarin ang pagkilala sa iyo at sa iyong mga espirituwal na tagumpay, kundi ang Diyos lamang ang hanapin mo

Kapag napagtanto mo na ang kapayapaan ay nasa loob mo, mapagtatanto mo na ang kapayapaan at pagkakaisa ay nasa lahat ng mabubuting bagay sa paglikha, at makikita mo ito sa kagandahan ng kalikasan, mararamdaman ang pagiging malapit nito sa taos-pusong pagkakaibigan, at mahahawakan ang mga biyaya nito sa mga marangal na mithiin at marangal na layunin na malaya sa mga makasariling layunin. Mararamdaman mo ang presensya nito sa likod ng mga belo ng katahimikan at sa lahat ng kamangha-manghang bagay.

Kumatok nang taimtim sa pinto at ang tabing ay aalisin at makikita mo ang pinakamaluwalhating mukha sa lahat ng kariktan at kadakilaan nito.

Kung mahal mo ang Diyos, mararamdaman mo ang Kanyang pagmamahal, at wala nang iba pang makakapanlinlang sa iyo. Ang mga materyal na karanasan ay nakakaakit sa iyo dahil hindi mo pa natitikman ang espirituwal na kaligayahan. Kapag ginawa mo iyon, malalaman mo ang pagkakaiba.

Maging malaya sa pagpili. Huwag hayaang may humadlang sa iyo, at huwag hayaang kontrolin ka ng sinuman o makialam sa iyong kaligayahan.

Ang iyong sarili ay isang hiwalay na bahagi ng kabuuan ng kosmiko at dapat mong mahanap ang

**perpektong kabuuan upang maranasan ang
maligayang kamalayan at matikman ang mga
kasiyahan ng banal na pag-ibig.**

**Paglabas ng pagmamahal mula sa mga piitan ng
poot at hinanakit**

**Hinihiling namin sa Iyo, Panginoon, na liwanagan
Mo ang aming mga kaluluwa**

**At buhosan mo ng masaganang pagpapala ang
iyong mga mangingibig at ang mga humihingi ng
iyong tulong**

**At nawa'y ilayo Niya sa atin ang mga multo ng
digmaan, karahasan, at kamatayan**

**At magbigay-inspirasyon sa amin na gawing
layunin ang kapayapaan**

At ang pag-ibig ang ating pinagkukunan

**Ang aming layunin ay ang paglaya mula sa mga
mahigpit na paghihigpit**

*** * ***

**Kung ang isang tao ay nagsusumikap lamang na
mag-ipon ng pera at matupad ang mga pagnanasa ng
katawan**

**Kakaunti at walang kabuluhan ang mga kinikita
niya**

**Dahil darating ang araw na iiwan niya ang lahat
ng makamundong pakinabang**

**Ngunit kung siya ay yumaman sa pamamagitan ng
Diyos**

**Siya'y magiging mas mayaman kaysa sa lahat ng
hari at mayayamang tao sa mundo**

**Ang mga pinagpalang kayamanang iyon ay nasa
pag-aari ng mga nagmamahal sa Diyos**

**Yaong mga hindi nasisiyahan sa anumang bagay
maliban sa kayamanan ng kaluluwa**

**Habang nagsisikap silang paunlarin ang kanilang
mga espirituwal na hilig**

**At upang pangalagaan ang kanilang pananabik sa
pinagmumulan ng kanilang buhay**

**At ang muling pagkabuhay ng pag-ibig mula sa
kaibuturan ng poot at malisya**

**Itinataas nila ang kanilang kamalayan kaysa sa
makikitid na makamundong pagsasaalang-alang**

**Patungo sa mga abot-tanaw ng kalayaan,
kapayapaan, liwanag, at kagalakan**

**Napagtanto nila ang kanilang walang hanggang
lawak**

**Nakakaranas sila ng panibagong pananaw at
kaalaman**

**At habang naghahasik sila ng mga binhi ng
mabubuting kaisipan at gawa**

Sa mga espasyo ng kanilang kamalayan

Nabuksan ang kanilang mga pananaw

**At ang kanilang mga kakayahang pangkaisipan ay
naisaaktibo**

Philamson, ang kanilang tunay na diwa

**Natatagpuan nila ang kaharian ng Diyos sa
kanilang sarili**

**Hinihiling namin sa Diyos na Makapangyarihan na
gabayan kami upang mabago namin ang aming mga
sarili**

**At inilalabas natin ang ating espirituwal na
pagkatao mula sa mga piitan ng kadiliman**

**Patungo sa mga espasyo ng kalayaan,
katahimikan, at mga ilaw ng kaalaman**

**Ang mga sariwang prutas at gulay ay
mahahalagang sustansya**

Mula sa isang lektura tungkol sa nutrisyon

Inihatid sa Encinitas, California - Hunyo 1940

**Ang protina ng karne ay hindi lamang ang
mahalagang pinagkukunan ng enerhiya**

Ang ilan sa mga mineral na asin na matatagpuan sa mga hilaw na gulay at prutas ay mahahalagang pinagkukunan din.

Bagama't ang malaking bahagi ng karne ay nagbibigay ng malaking dami ng enerhiya, kung ang karne ang nangingibabaw sa diyeta sa loob ng mahabang panahon, hindi na nito maibibigay ang enerhiyang iyon. Bukod pa rito, ang labis na paggamit ng protina ay maaaring humantong sa protein toxicity, isang pinagmumulan ng pagkapagod at sakit. Sa madaling salita, ang sobrang protina ay kasing-nakakapinsala ng sobrang kakulangan nito.

Kung gusto mong mawala ang pagkapagod, ang isang lunas ay nasa wastong nutrisyon. Ang karne ay maaaring magbigay ng pansamantalang enerhiya, ngunit nagdudulot ito ng maraming lason sa katawan. Ang pagkain ng mas maraming hilaw at hindi lutong pagkain ay makakabawas sa pakiramdam ng pagkapagod at mag-iiwan sa iyo ng enerhiya.

Ang mga juice ay nagbibigay ng malaking tulong sa enerhiya, ngunit ang mga buong prutas at gulay ay nag-aalok ng mas malaking nutritional value. Gayunpaman, may mga taong ayaw talagang maglaan ng oras sa pagkonsumo ng mga ito sa ganitong paraan.

Kinukuha ng sistema ng pagtunaw ang mga kemikal na sangkap at ipinamamahagi ang mga ito sa angkop na mga uri ng selula sa buong katawan

Ang katawan ay binubuo ng maraming elementong kemikal, at dapat punan ng pagkain ang mga kakulangan sa mga elementong iyon araw-araw.

Ang pang-araw-araw na pagkain ay dapat magsama ng sapat na dami ng protina, bitamina, mineral, ilang taba at langis, at angkop na dami ng

natural na carbohydrates, habang binabawasan ang mga pinong starch at pinong asukal hangga't maaari.

Isang magandang pinagkukunan ng enerhiya ang pinaghalong orange juice at giniling na almendras, dahil mas mahusay na natutunaw ang mga almendras kapag hinaluan ng orange juice.

Mahalaga ring uminom ng maraming likido. Kung walang makukuhang de-kalidad na tubig, ang sariwang katas ng prutas, tubig ng niyog, at pakwan ay mainam na suplemento at bahagyang pamalit sa purong tubig.

Sa hinaharap, mas madalas nang iinom ng mga tao ng fruit juice at vegetable juice dahil sa mga benepisyong pangkalusugan na ibinibigay ng mga juice na ito.

Parehong masama ang mga inferiority complex at superiority complex

Ang inferiority complex ay kasing sama ng superiority complex dahil ang isang taong nakakaramdam ng pagiging mababa ay hindi maipapakita ang superiority na nasa loob niya.

Ang tao, na may espirituwal na kalikasan, ay pinagkalooban ng sagradong kislap, at mali at mali ang mag-isip na siya ay mababa o mag-isip na siya ay nakahihigit sa lahat at kumilos na parang isang taong walang dignidad o pinagmulan.

Kapag ang isang tao ay nagpapakita ng pagmamataas, ang makapal na anino ng pagmamataas ay nagtatakip sa liwanag ng Diyos sa loob ng kaluluwa

Samakatuwid, dapat iwasan ang magkabilang buhol nang magkasama dahil pareho itong hadlang sa espirituwal na pag-unlad.

Damhin natin na ang Diyos ay kasama natin, nagbibigay-inspirasyon at gumagabay sa atin, at Siya ang pinakadakilang pag-ibig sa ating buhay.

Ang mga nakakakilala sa Diyos ay nakakaramdam na sila ay mga lingkod ng lahat at hindi iniisip na sila ay mas magaling kaysa sa iba

Ang inferiority complex ay iniuugnay sa mga taong may mahinang ideya at mahinang subconscious, habang ang superiority complex ay nagmumula sa poot at maling kayabangan.

Ang parehong mga buhol na ito ay mapanira sa espirituwal na paglago at nakabatay sa ilusyon at pagwawalang-bahala sa katotohanan, sa halip na sa mahusay na pag-unawa at tamang paghatol.

Ang tiwala sa sarili ay dapat linangin sa pamamagitan ng pagdaig sa mga minanang kahinaan ng tao. Ang mga nagnanais nito ay dapat magsikap na maranasan ang tamis nito sa pamamagitan ng mga nasasalat na tagumpay sa kanilang buhay, sa gayon ay mapapalaya ang kanilang sarili mula sa mga komplikasyon ng kababaan at kayabangan, sa tulong ng Diyos.

Ang sikreto at pinagmumulan ng sigla

Ang katawan ay nangangailangan ng ilang oras upang gawing enerhiya ang pagkain. Ngunit anumang bagay na nagpapasigla at nagpapagana ng kalooban ay lumilikha ng agarang enerhiya.

Ang lakas ng loob ay kumukuha ng sigla mula sa mga selula ng katawan at mula sa imbakan ng enerhiya ng utak kung saan nakaimbak ang enerhiyang kinukuha mula sa pagkain.

Ang kalooban ay kumukuha rin ng bagong aktibidad mula sa kosmikong pinagmumulan patungo sa katawan sa pamamagitan ng spinal cord.

Samakatuwid, ang sikreto sa sigla ay nakasalalay sa pagpapanatili ng enerhiya na mayroon ang isang tao at pagdadala ng bagong enerhiya sa katawan sa pamamagitan ng paghahangad.

Paano iyon ginagawa?

Una, dapat kumilos ang isang tao nang kusang-loob at boluntaryo. Kung mayroong isang bagay na kapaki-pakinabang na gawin, dapat itong gawin nang kusang-loob at sa pamamagitan ng pagpili.

Kapag kusang-loob kang nagtatrabaho, mas malaki ang iyong enerhiya dahil hindi ka lamang kumukuha ng enerhiya mula sa mga nerbiyos sa utak, kundi umaakit ka rin ng malaking daloy ng kosmikong enerhiya sa katawan.

Ang isang babaeng naghahanda ng masarap na pagkain para sa kanyang kasintahan ay puno ng kaligayahan at sigla, ngunit kung mapipilitan siyang magluto nang labag sa kanyang kalooban, siya ay nakakaramdam ng pagod sa simula pa lamang.

Samakatuwid, ang lakas ng loob ay nagdudulot ng enerhiya

maikling kwento:

Minsan, nakikipag-usap ako sa isang kaibigan tungkol sa mga santo. Ang kaibigan ko ay isang broker, at hindi niya nagustuhan ang aking sigasig. Sa halip, sinabi niya, "Lahat ng tinatawag ninyong mga santo ay mga manloloko na hindi nakakakilala sa Diyos." Hindi ko siya nakipagtalo, sa halip ay iniba ko ang usapan, at nagsimula kaming mag-usap tungkol sa propesyon ng brokerage. Matapos niya akong ikuwento nang marami tungkol dito, malumanay kong sinabi, "Alam mo ba na walang kahit isang mapagkakatiwalaang broker na lahat sila ay sinungaling?" Nagalit siya at galit na sumagot, "At ano ang alam mo tungkol sa mga broker?" Sumagot

ako, "Iyon mismo ang ibig kong sabihin. At ano ang alam mo tungkol sa mga santo?" Hindi siya nakapagsalita. Nagpatuloy ako nang mahinahon at mabait, "Wala akong alam tungkol sa brokerage, at wala kang alam tungkol sa mga santo."

**Mga anghel ng enerhiya
Nilikha tayo ng Diyos bilang mga anghel ng enerhiya**

**At inilagay tayo sa mga pisikal na katawan
Itinuon namin ang lahat ng aming atensyon sa mga mahihinang katawan**

At nakalimutan natin ang espirituwal na kaluluwa na puno ng enerhiya ng kosmikong buhay

Ngayon kailangan nating magsikap nang husto na mag-concentrate

**Upang mabawi ang isang ganap na kamalayan
Ang ugat ng tagumpay ay nakasalalay sa lumalagong espirituwal na pananaw**

Sa pamamagitan nito ay nalalaman natin ang ating di-materyal na kalikasan

**At ang wangis ng Diyos ay nananahan sa atin
Ang unang bulaklak sa hardin ng ispiritwalidad ay ang bulaklak ng pananampalataya at pag-asa**

Gayunpaman, ang bunga ay ang aktwal na kaalamang natamo sa pamamagitan ng pagsubok sa sarili

Maging optimistiko at tandaan na ang magagandang bagay at mga pagpapala sa buhay ay naghihintay sa iyo

Basta't nagtatrabaho ka nang may katapatan at dedikasyon

**Upang maibalik ang nawalang banal na pamana
Ang isang tunay na espirituwal na tao ay isang balanseng tao**

**Isang taong kontento, may mabuting kalusugan,
at may lumalagong kaunawaan**

**Taglay niya ang kayamanan ng kaluluwa at ang
mga kayamanan ng karunungan**

Tiwala siyang darating ang tulong ng Diyos

**Kahit gaano pa kahirap ang buhay at gaano man
kasama ang mga sitwasyon**

**Ang mukha ng Diyos ay nahayag sa atin sa
kagandahan ng kalikasan**

**At ang kanyang tinig ay nagsasalita sa atin sa
pamamagitan ng pino at maselan na mga himig**

**At mula sa matamis at banayad na tinig ng mga
mangingibig**

**At sa pamamagitan ng matunog na tinig ng
tungkulin**

**Ang nagtutulak sa atin tungo sa kabutihan at
kapayapaan**

Ang kaligayahan at kaalaman ay tinig ng Diyos

**Na siyang tumatawag sa atin upang bumalik sa
pinagpalang tahanan**

**Isang bahay ng katahimikan at kapayapaan ng
isip**

At temasahin ang kanyang matamis na presensya

**At ang walang kapantay at nakahihigit na
kagandahan nito**

**Ang mundo ay lubhang mapanlinlang, at dapat
natin itong lapitan nang ganito. Kung hindi muna
natin malalampasan ang mga panlilinlang at ilusyon
nito, hindi natin matutulungan ang iba.**

**Dapat nating tandaan na sa pag-iisa ng isang
nakatutok na isipan ay nakasalalay ang pabrika ng
lahat ng dakilang tagumpay. At sa kamangha-
manghang pabrika na ito, dapat nating patuloy na
habihin ang mga huwaran ng ating kalooban upang**

malampasan o epektibong harapin ang lahat ng masasamang pangyayari.

Ang kalooban ay dapat na patuloy na sanayin at gamitin

Maraming pagkakataon ang tao na magtrabaho sa pabrika na ito sa lupa basta't hindi niya sinasayang ang kanyang oras at walang kabuluhang pag-aaksaya ng kanyang lakas.

Sa gabi, lumalayo ako sa mga makamundong kahilingan para makasama ang aking sarili

Malayo, malayo sa mundo

Nag-iisa kasama ang aking kalooban sa aking espirituwal na pag-iisa

Kung saan ko itinuturo ang aking mga iniisip sa direksyon na gusto ko

Malalim ang aking desisyon

Kapag inuudyukan ko ang aking kagustuhan na makisali sa malusog at kapaki-pakinabang na mga aktibidad, lumilikha ito ng tagumpay para sa akin. Sa ganitong paraan, maraming beses ko nang nagamit nang epektibo ang aking kagustuhan. Gayunpaman, nakakamit lamang ito sa pamamagitan ng palagiang paggamit ng kagustuhan.

Kay gandang pakiramdam ang mararamdaman mo kapag nasabi at napagtibay mo, "Ang aking kalooban, na puno ng banal na kalooban, ay siyang magtatagumpay para sa akin sa aking ninanais!"

Kung ang isang tao ay magiging kampante at ipagkatiwala ang lahat sa banal na kalooban nang hindi ginagamit ang sarili niyang kalooban na ibinigay sa kanya, hindi niya makakamit ang resultang kanyang hinahangad.

Nais ng banal na kapangyarihan na tulungan ka nang kusa

Dapat nating alisin sa ating mga isipan ang kaisipang ang Diyos, sa Kanyang kapangyarihan at mga kapangyarihang supernatural, ay malayo sa atin at nakatago sa pinakamalayong bahagi ng kalangitan, at hindi natin dapat kalimutan na ang banal na kalooban ay nasa likod ng ating kalooban bilang tao, ngunit ang makapangyarihang kapangyarihang iyon, tulad ng isang karagatan na umaapaw sa mga pagtaas at pagbaba ng alon, ay hindi darating maliban kung ang isip ay bukas at ang puso ay tumatanggap.

Pagsusumamo

O Inang Pangkalahatan

Upang maging tanging apoy sa ating mga puso

At upang pawiin ang kadiliman ng ating mga kaluluwa

At sa aming mga luha ng pagmamahal para sa iyo

Hugasan ang ating pagmamahal sa mga makamundong bagay

At ikinagagalak naming sumang-ayon sa iyo

Alisin ang aming kalungkutan at kalungkutan nang minsanan at magpakailanman

Gawing malaking puso ang ating maliliit na puso

Inaalagaan nito ang iyong buong presensya

At sa salamin ng iyong banal na kalikasan

Tingnan natin ang ating sarili bilang perpekto at dalisay

Nawa'y magningas ang apoy ng aming pagmamahal para sa iyo

Sa ibabaw ng apoy ng mga makalupang pagnanasa

Milyun-milyong tukso ang nagbabalatkayo bilang ikaw

At lagi tayong nililinlang nito

*** * ***

**Halina, O dalisay at perpektong banal na
kagalakan!**

**Pumasok sa mga templo ng aming pananabik para
sa iyo**

**Hayaang maging mapayapa ang planeta
Sa ating mga bundok, sa madilim na gabi ng
kamangmangan**

**Nawa'y gabayan Niya tayo at ibalik tayo nang
ligtas**

Patungo sa iyong ligtas at panatag na kanlungan!

**Mga Bulong mula sa Walang Hanggan
Ang unang quatrain ng Khayyam
Isinalin ni Edward Fitzgerald at ipinaliwanag ni
Master Paramahansa**

**Ang katanyagan ni Omar Khayyam sa Kanluran ay
nakasalalay sa salin ni Fitzgerald ng kanyang mga
quatrain noong kalagitnaan ng ikalabinsiyam na siglo,
na itinuturing na pinakamahusay na salin sa Ingles.**

**Itinuring ng gurong si Paramhansa si Omar
Khayyam bilang isa sa mga dakilang mistiko at may
mataas na antas ng kaalaman sa sarili, at ginamit
niya ang simbolismo upang ipahayag ang kanyang
espirituwal at karanasan, at siya ay hindi gaanong
naunawaan, at ang mga mananaliksik ay hindi sapat
na sumisid upang maunawaan ang kanyang
espirituwal na pilosopiya na itinago niya sa mga
quatrain.**

**Gumising! para sa Umaga sa Mangkok ng Gabi
Inihagis ang batong nagpapalipad sa mga bituin
At narito! nahuli na ng Mangangaso ng Silangan
Ang Turret ng Sultan sa Isang Bituin ng Liwanag
Pagsasalin sa Arabe:**

**Gumising ka, dahil ang umaga ay naghagis ng
bato sa sisidlan ng gabi**

**Lubos na pagkalat ng mga bituin
At narito ang mangangaso ng Silangan
Sinakop niya ang tore ng Sultan
Gamit ang isang tali ng liwanag
Paliwanag at interpretasyon:**

Paliwanag ng mga kahulugan:

**Umaga: Ito ang buwang-liwayway ng paggising
mula sa mapanlinlang na pag-iral sa lupa**

**Ang sisidlan ng gabi: ang kadiliman ng
kamangmangan na nakakulong sa imortal na kaluluwa
sa makitid at limitadong kamalayan ng tao**

Bato: Espirituwal na pagpipino

**Mga Bituin: Ang kaakit-akit na kislap ng mga
materyal na pagnanasa**

**Mangangaso ng Silangan: Ang makapangyarihang
karunungan Silanganin na sumisira sa mga labi ng
mga ilusyon**

**Isang tali ng liwanag: ang ningning ng
pinagpalang karunungan, na sumisira sa mapang-
aping kadiliman na bumabalot at gumagapos sa
kaluluwa**

Interpretasyon:

Bumubulong ang panloob na katahimikan:

**"Gumising! Iwanan ang pagkakatulog ng
kamangmangan, sapagkat ang buwang-liwayway ng
karunungan ay sumikat na. Ihagis ang madilim na
sisidlan ng hindi alam gamit ang bato ng espirituwal
na kahusayan upang mabasag ito at ikalat ang
malabo at nagniningning na mga bituin ng mapurol na
materyal na mga pagnanasa."**

**"Masdan ang liwanag ng karunungan Silanganin,
ang mangangaso at tagasira ng mga ilusyon,
sapagkat sinunggaban nito ang matayog na tore ng
espiritu gamit ang isang tali ng liwanag, at pinawi**

ang mahigpit nitong materyal na kadiliman, at tuluyan itong pinawi."

"O mga naninirahan sa lungsod ng mga ilusyon, iwanan ang pagtulog! Sapagkat ang sinag ng araw ng espirituwal na mensahe ng panloob na karunungan ay lumitaw na"

Alamin kung paano gamitin ang matibay na bato ng espirituwal na pagpipino upang basagin ang madilim na sisidlan ng kamangmangan at palayasin ang pagnanais para sa pansamantalang materyal na kasiyahan mula rito.

"Kumuha ng aral mula sa mangangaso ng karunungan, na patuloy na naghahanap ng mga kaluluwang nananabik sa liwanag at naghahanap ng katotohanan, upang palibutan sila ng isang aura ng maluwalhating karilagan, ang karilagan ng walang hanggang kalayaan."

Ang Pagbabalik ng Alibughang Anak

Minsan, maraming taon na ang nakalilipas, nakita ko ang isa sa aking mga estudyante na naglalakad sa kabilang direksyon

Dahil natanto ko ang hindi maiiwasang bunga ng kanyang mga ginawa, sinubukan ko siyang hikayatin, gamit ang lahat ng lohikal na paraan, na itigil ang kanyang ginagawa, ngunit nalaman kong hindi ko siya matutulungan.

Dahil balak niyang tahakin ang landas ng kasamaan

Sa huli, nasabi ko sa sarili ko:

"Dahil gusto niya 'yan, hahayaan ko na lang siya."

Ngunit mabilis na bumalik ang aking pagmamahal at pagmamalasakit sa kanya, kaya't naupo ako sa ilalim ng puno ng igos at sinimulang isipin siya

Taglay ang masidhing sigasig, patuloy kong ipinadala sa kanya ang sumusunod na mensaheng intelektuwal:

"Inutusan ako ng Diyos na baguhin mo ang isip mo tungkol sa kung ano ang balak mong gawin"

Kinagabihan, isang malakas na intuwisyon ang naramdaman ko sa aking katawan at isipan na nag-udyok sa akin na maniwala na siya ay tunay ngang babalik.

Biglang lumitaw ang "alibughang anak," pagkauwi niya ay binati niya sila nang may pagyuko at sinabi:

"Buong araw, saanman ako magpunta at anuman ang gawin ko, nakita ko ang mukha mo. Anong ibig sabihin noon?"

Sumagot ako: "Tinatawag ka ng Diyos sa pamamagitan ko. Iyon ang Kanyang tawag, hindi akin."

Ang aking pagnanais ay hindi dulot ng pagkamakasarili, ngunit determinado akong huwag umalis

Mananatiling bukas ang lugar na ito hanggang sa iyong pagbabalik

Ang ganitong uri ng disenyo ay maaaring magdulot ng malalaking pagbabago. Isa itong tunay na kamangha-manghang puwersa!

Kapag itinakda mo ang iyong landas at nagpasyang magpatuloy sa iyong landas, dapat mong buhayin ang iyong kalooban at gumawa ng praktikal na pagsisikap, at pagkatapos ay matutuklasan mo na ang lahat ng elemento ng tagumpay ay darating sa iyo mula sa kung saan mo alam at kung saan mo hindi alam.

Sa iyong kalooban, na puno ng banal na enerhiya, nakasalalay ang sagot sa iyong mga panalangin

**Kapag ginamit mo ang testamento na iyan,
binubuksan mo ang bintana kung saan
makakatanggap ka ng tugon sa iyong mga
panalangin.**

**Iyan ang sarili kong karanasan. Noong nakaraan,
sinubukan kong gawin ang ilang mga bagay para lang
subukin ang aking kalooban, ngunit ngayon ay hindi
ko na ginagawa iyon dahil alam ko na ang resulta
nang maaga: lahat ng gusto ko ay nakakamit salamat
sa Diyos na Makapangyarihan.**

**Mula sa aklat na "Ang Pinakamataas na Layunin
ng Tao"**

**Gawin nating pastol ng ating mga kaluluwa ang
Diyos**

**At ang banal na liwanag ang tagamanman
Sa madilim na landas ng buhay
Siya ang gabay na liwanag sa mga gabi ng
kalituhan**

**At ang araw ng katiyakan sa mga oras ng
paggising**

**At ang gabay na bituin sa dagat ng kadiliman ng
buhay sa lupa**

**Hingin natin ang Kanyang tulong at hanapin ang
Kanyang inspirasyon**

**Dahil ang mundo ay magpapatuloy sa pagtaas at
pagbaba nito**

**Ang mga pangyayari nito ay magulong parang
nagngangalit na mga alon**

Saan tayo kukuha ng gabay?

**Wala ito sa ating pabago-bago at may
kinikilingang mga gawi**

**Hindi rin mula sa ating kapaligirang napapailalim
sa mga impluwensya**

Hindi mula sa ating mga bansa o sa ating mundo

**Bagkus, ito ang tinig ng gumagabay na
katotohanan**

**Nagmumula sa kaibuturan ng kaluluwa
Sa bawat sandali, ang Diyos lamang ang aking
naiisip**

**Isinuko ko ang aking kaluluwa sa kanya
Ipinagkatiwala ko sa kanya ang puso ko
Itinuon ko ang aking pagmamahal at pananabik
sa kanya**

**Wala tayong dapat pagkatiwalaan pa kundi ang
Diyos**

**At dapat tayong magtiwala sa mga taong
magpapakita ng Kanyang liwanag**

**Ang liwanag na iyon ang aking gabay
Ito ang aking karunungan at aking pagmamahal
Ang puwersang walang talo
At ang katotohanang hindi kayang lampasan
Ngayon at magpakailanman**

**May mga taong masyadong matindi ang pag-iisip
kaya naniniwala silang para magtagumpay sa buhay,
kailangan nilang magtrabaho na parang makina nang
walang tigil.**

**Sa kabilang banda, may mga taong hindi rin
gaanong matindi kaysa sa kanila, dahil kapag naging
interesado sila sa mga espirituwal na bagay,
nawawalan sila ng pagnanasa sa lahat ng iba pa, at
iyon ay isang maling pananaw.**

**Naniniwala sila, halimbawa, na hindi na
kailangang gumawa ng anumang bagay na
nangangailangan ng matinding konsentrasyon at
pisikal na pagsisikap, at ipinapayo nila ang asetisismo
at pagtalikod sa lahat ng materyal na bagay. Ngunit
tinatakpan ng saloobing ito ang intelektwal na
pagwawalang-kilos.**

Sa ilalim ng balabal ng huwad na ispiritwalidad

Natuklasan ko na ang mga mahuhusay na guro ay interesado sa mundo ngunit walang anumang pagkahumaling dito. Kapag ang aking guro ay binigyan ng isang bagay na maganda, aalagaan at poprotektahan niya ito, ngunit kung ito ay masira o masira, tatawa siya at sasabihin, "Natapos na ang aking interes dito dahil labis nitong nakuha ang aking atensyon." Siya ay hiwalay dahil wala siyang pagkakaugnay.

Ganun din ang nararamdaman ko, pinahahalagahan ko ang ibinibigay sa akin ng Diyos, pero hindi ko ito pinalalampas kahit mawala ko ito.

Minsan, may nagbigay sa akin ng isang magandang amerikana na may kasamang sombrero, at isa itong mamahaling set na ikinatuwa kong alagaan at protektahan ito mula sa pagkapunit at pagkadumi hanggang sa magsawa na ako rito at sinabing: "Diyos ko, hindi ko kailangan ang abala na ito!"

Isang araw, pumunta ako sa isang bulwagan sa Los Angeles para magbigay ng lektura, at pagdating ko at paghuhubad ko ng aking amerikana, narinig ko ang banal na tinig na nagsasabing, "Dalhin mo ang lahat ng bagay na nasa bulsa ng amerikana." Kaya ginawa ko iyon.

Pagkatapos ng lektura, bumalik ako sa silid-imbakan ng amerikana at nalaman kong nawala na ang amerikana - nawa'y protektahan ka ng Diyos.

Labis akong nalungkot tungkol doon, kaya may nagsabi, "Huwag kang malungkot, bibilhan ka namin ng isa pang amerikana." Sabi ko, "Hindi ako nalungkot dahil nawala ko ang amerikana, kundi dahil hindi rin kinuha ng taong kumuha ng amerikana ang sumbrerong bagay na bagay sa amerikana."

Hindi natin dapat hayaang kontrolin tayo ng ating emosyon. Paano magiging masaya ang isang tao kung ang tanging mahalaga sa kanya ay ang kanyang mga damit at iba pang ari-arian?

Hindi ito nangangahulugan ng hindi pagsusuot ng malinis at maayos na damit o paglilinis at pag-aayos ng bahay, kundi sa halip ay hindi labis na pagkahumaling o pagkahumaling sa mga bagay na ito.

Nang maimbitahan ako sa isang salu-salo at ang lahat ay napaka-elegante at maayos ang pagkakaayos, lubos kong nasiyahan sa hapunan, ngunit ang aming mga host ay labis na kinakabahan, dahil sa takot na baka hindi matuloy ang lahat ayon sa plano, at dahil dito, sinira nila ang kapaligiran dahil sa kanilang pagkabalisa.

Ang mga taong labis na sensitibo ay kadalasang nakakaramdam ng pagkabalisa at pagkadismaya ng iba. Bakit natatakot at nag-aalala? Dapat nating gawin ang ating makakaya, pagkatapos ay magpahinga at hayaang magpahinga ang iba. Dapat nating hayaan ang mga bagay na dumaan sa kanilang natural na takbo nang hindi pinipilit, at sa gayon ay makakatagpo rin ng kapayapaan ang mga nakapaligid sa atin.

Mga ani ng Parmenidean

Sa likod ng kalooban ng tao ay nakasalalay ang banal na kalooban at ang layunin ng walang limitasyong daloy ng kosmikong enerhiya.

Ito ay upang ipakita ang lahat ng mabuti at kapaki-pakinabang sa buhay

Dahil dito, sinumang mananatiling matatag at naaayon sa mas mataas na kalooban ay magkakamit ng tagumpay sa tulong ng Diyos.

Ang lakas ng loob ay enerhiya at pagnanais na nakatuon sa pagkamit ng isang tiyak na layunin

Walang magagawa kung walang determinasyon; sa katunayan, kahit isang simpleng kilusan ay hindi malilikha sa pang-araw-araw na buhay nang hindi ginagamit ang determinasyon.

Karamihan sa mga tao ay gumagawa ng mga bagay na hindi mahalaga at hindi itinutuon ang kanilang mga pagsisikap sa isang nakabubuting paraan

Ang hangarin ay iba sa kalooban, bagaman ang hangarin ay maaaring magsilbing katalista para sa kalooban

Sa pagpapaunlad ng lakas ng loob, dapat una sa lahat ay magkaroon ng determinasyon at gamitin ang pang-unawa, pag-unawa, at karunungan

Sinusundan ito ng pagsasanay at malay na paggamit ng kagustuhan upang makamit ang ninanais na layunin.

Ang paglalakbay at pagsisikap ay dapat magpatuloy hanggang sa makamit ang layunin

Kapag determinado ang isang tao na makamit ang isang marangal na layunin, hindi na nararapat na tumigil sa pagsisikap

O baka sumuko siya sa mga hindi kanais-nais na sitwasyon

Kapag ang kamalayan ay naaayon sa mas mataas na kalooban at pag-iisip at ang kalooban ay nakatuon sa isang partikular na ideya nang walang pagkaantala, ang lakas ng kalooban ay mapupuno ng walang hanggan at hindi mauubos na kosmikong aktibidad.

Ang kalooban ng tao na pinamamahalaan ng kamangmangan at mga pagnanasa ay nagdudulot ng sakit at problema sa may-ari nito

Upang matikman ang tunay na kaligayahan, ang mabubuting hangarin ay dapat malampasan ang masasamang hangarin, at ang kalooban ay dapat ituro sa tamang direksyon patungo sa pinagmumulan ng katotohanan at pinagmulan ng lahat ng kabutihang umiiral.

Bakit dapat umiwas ang isang tao sa pagbibigay ng maling patotoo? Dahil ang kasinungalingan ay nagpapalaganap ng pagkukunwari at panlilinlang

Ang pagtataksil ay isa sa pinakamalaking kasalanan sa paningin ng Diyos. Ang maling pag-akusa sa isang tao para sa personal na pakinabang o dahil sa pagnanais na maghiganti ay isang uri ng pagsisinungaling. Kung susundin ng lahat ang gawaing ito, ang kaguluhan at anarkiya ay iiral sa mga tao.

Ang pakikinig sa maling patotoo laban sa ibang tao ay isang pagsang-ayon sa maling patotoo at pakikilahok sa kanyang kahiya-hiyang pag-uugali, at ang pakikinig at pagsang-ayon na iyon ay tiyak na mauuwi sa isang panloob na emosyonal na tunggalian na sisira sa kapayapaan ng kaluluwa at gugulo sa katahimikan ng buhay.

Kahit na pansamantala lamang itong makatwiran, ang aksyon ay sa huli ay magbabalik sa dati at lilikha ng pagkabalisa at sakit sa isipan na makakagambala sa kamalayan at mananakit sa konsensya.

Ang inggit ay mayroon ding mapaminsalang at kakila-kilabot na mga kahihinatnan, dahil nagdudulot ito ng personal na pagdurusa sa taong naiinggit dahil ang mga iniisip at damdaming inilalabas ng isang tao ay babalik sa kanya.

Siya na nagbibigay ng pagmamahal at altruismo ay tatanggap din ng pagmamahal at altruistikong pagtrato, samantalang siya na nagpapadala ng mga

kaisipan ng kasakiman, pagkamakasarili, at inggit ay magdudulot din ng mga bagay na ito sa kanyang sarili nang pantay.

Bakit hindi dapat magnakaw ang isang tao?

Ano kaya ang magiging kalagayan ng mundo kung ang lahat ay nabubuhay sa pamamagitan ng pagnanakaw, pagnanakaw, at pangingikil? Sa ganitong pagkakataon, magaganap ang pinakamatinding at pinakamasamang krimen. Magkakaroon ng matinding labanan upang protektahan ang mga ari-arian at mabawi ang mga ninakaw na gamit.

Ang pagnanakaw ay isang gawaing salungat sa mga pamantayan ng lipunan at nag-aalis ng mga karapatan ng iba, at samakatuwid ito ay labag sa mga batas ng buhay, at ang mga lipunan ay walang angkop na pasilidad at epektibong pamamaraan upang harapin ang mga nagkasala.

Kapag nabilanggo ang mga magnanakaw, maaaring mas lalong maging nakatanim ang kanilang mga lumang gawi, at maaari rin silang magkaroon ng mga bagong masasamang gawi habang nakikihalubilo sa ibang mga kriminal. Kung mangyari ito, mas magiging malala ang kanilang kalagayan pagkalaya kaysa noong bago sila pumasok sa bilangguan.

Hinihiling namin sa Iyo, Panginoon, na pagpalain Mo kami upang hindi kami makarinig ng masama, makakita ng masama, makapagsalita ng masama, o makahinga ng masama

Hindi natin hinahawakan ang kasamaan, ni nararamdaman ang kasamaan, ni iniisip ang kasamaan, ni nananaginip ng kasamaan

Ang mga puwersang ginagamit natin araw-araw:

Ang ating mga pandama

- at ang ating mga damdamin

- at ang ating katalinuhan

Lahat ng ito ay hiram mula sa Diyos, at hindi tayo mabubuhay kahit isang segundo kung wala Siya

Gayunpaman, habang ginagamit natin ang Kanyang mga kaloob, hindi natin Siya iniisip nang nararapat, ni hindi natin Siya binibigyan ng atensyong nararapat sa Kanya.

Bagkus, hinahabol natin ang mga makamundong kasiyahan at makamundong ambisyon nang may ganap na pagkakahanay at ganap na koneksyon sa materyal na mundo.

Ito ang ugat ng lahat ng ating sakit at pagdurusa Nilikha tayo ng Diyos ayon sa Kanyang wangis, at samakatuwid ay hindi natin malalaman ang lasa ng tunay na kaligayahan maliban kung matutuklasan natin ang Kanyang presensya sa loob natin at malalasap ang nektar ng Kanyang kaligayahan sa ating mga kaluluwa.

Hindi rin natin maaaring taglayin ang pinagpalang kapangyarihang kinakailangan upang makamit, sa pamamagitan ng kalooban, ang kailangan natin araw-araw.

Maliban na lang kung natatanto natin na ang Diyos ang pinagmumulan ng lakas na iyon, dapat tayong umasa sa Kanya at bumaling sa Kanya

Nang may mga pusong nagpapasalamat sa lahat ng biyayang patuloy Niyang ibinubuhos sa atin

Kung kayo ay mapagpasalamat, tiyak na dadagdagan Ko kayo [ng biyaya]

Kapag ang ating mga puso ay umaapaw sa pasasalamat sa Pinakamapagbigay na Tagapagbigay, ang mga ito ay nagiging mga sagradong templo para sa Kanyang maluwalhating presensya, at iyon ang pinakadakilang tagumpay na makakamit ng isang tao, dahil ang layunin ng buhay ay ang tao ay maging

kasuwato ng kanyang Lumikha, ang mapalapit sa Kanya, at ang makilala Siya.

{Hanapin muna ninyo ang kaharian ng Diyos at ang kaniyang katuwiran, at ang lahat ng mga bagay na ito ay idaragdag sa inyo}

Sa pamamagitan ng patuloy na pag-alala sa Diyos at pag-iisip nang may kabaitan tungkol sa Kanya, matatanto natin na Siya ang ating minamahal, na tayo ang Kanyang mga hinirang, at tayo ay may bahagi sa Kanyang biyaya.

Ang kaharian ng kaligayahan, pag-ibig, liwanag, at kabutihan

Kapag pinagninilayan natin ang masaganang mga pagpapala ng Diyos, na ang pinakadakila ay ang posibilidad na gamitin ang kalayaan sa pagpili sa pagsunod sa tamang landas na humahantong sa pagsunod sa mas matataas na layunin at pagkamit ng espirituwal na kaligayahan, bawat araw ay napupuno ng panibagong panloob na kagalakan, at nadarama natin ang isang pinagpalang agos na dumadaloy sa ating buhay, kaya't napupuno ng pasasalamat ang ating mga puso, at nagkakaroon ng lasa at kahulugan ang buhay.

Ang taong, sa pamamagitan ng mapagnilay-nilay na pag-iisip, ay nakakakita sa banal na batas na gumagana sa isang mahiwagang paraan ay hindi tumitigil sa pagpuri, pagpapasalamat, at pagpapakumbaba sa harap Niya na nararapat sa lahat ng pagmamahal, papuri, at pasasalamat.

Alalahanin natin ang Diyos, ang pinagmumulan ng lahat ng kabutihan sa buhay, at pagsamahin natin ang ating pag-alaala sa taos-pusong pagmamahal na nagmumula sa kaibuturan ng ating mga puso.

Sa Diyos, na siyang pinagmumulan ng buhay, nagniningning ang pag-ibig, at walang humpay na bumubuhos ang mga biyaya

Alalahanin natin nang may pagmamahal ang lahat ng mga nagsindi ng kandila para sa sangkatauhan, o naghasik ng mabubuting binhi sa lupa ng mundo, o nagpalaganap ng mga naliwanagang ideya, o naghikayat ng mabubuting gawa at marangal na pag-uugali.

Buksan natin ang ating mga puso sa pag-ibig, hayaan nating maging bukas ang ating mga isipan sa mga nakapagbibigay-liwanag na inspirasyon, at humingi tayo sa Diyos ng tulong at patnubay.

**Sa mga bagay na ating iniisip at ginagawa
Nalalason ng takot ang puso**

Ang isip ng tao ay isang malawak na imbakan ng enerhiya o mahahalagang aktibidad

Ang aktibidad na ito ay patuloy na ginagamit sa mga paggalaw ng kalamnan, paggana ng puso, baga, at diaphragm, metabolismo ng selula, mga reaksiyong kemikal ng dugo, at sa paggana ng mga motor sensory organ (nerbiyos).

Bukod pa rito, malaking halaga ng mahalagang enerhiya ang ginugugol sa pag-iisip, emosyon, at kagustuhan

Ang takot ay nagpapahina sa mahahalagang aktibidad at isa sa pinakamatinding kaaway ng aktibong kalooban

Pinipiga at hinahadlangan ng takot ang mga aktibidad ng buhay na karaniwang dumadaloy nang regular patungo sa mga nerbiyos, kaya't nagmumukha itong paralisado, at ang katawan ay nagiging matamlay at ang sigla nito ay kapansin-pansin at makabuluhang bumababa (ang takot ay isang nerve blocker!)

Hindi nakakatulong ang takot na alisin ang sanhi ng takot. Pinapahina nito ang kalooban at hinihikayat ang utak na magpadala ng senyales ng hadlang sa mga organo ng katawan. Nilalason ng takot ang puso, pinapahina ang panunaw, at nagdudulot ng maraming pisikal na karamdaman.

Kapag ang kamalayan ay nananatiling nakatuon sa Diyos, wala kang matatakot at malalampasan mo ang bawat balakid at hadlang.

Nang may katapangan at pananampalataya. Ang "nais" ay isang pagnanais na kulang sa enerhiya, habang ang "intensyon" ay ang determinasyon na gawin ang isang bagay: upang matupad ang isang kahilingan o hangarin. Ngunit ang "kalooban" ay maaaring ipahayag sa pamamagitan ng pagsasabing: "Nagsusumikap ako nang walang pagod hanggang sa makamit ko ang gusto ko."

Kapag sinanay mo ang iyong lakas ng loob, maaari mong ilabas at idirekta ang mga puwersa ng mahahalagang aktibidad, sa halip na maghangad ng isang bagay nang hindi ginagawa ang kinakailangan upang makamit ito.

Hindi tayo dapat mawalan ng pag-asa, bagkus ay dapat nating maunawaan na binibigyan tayo ng Diyos ng sunod-sunod na pagkakataon upang mapabuti ang ating mga kalagayan, mapahusay ang ating mga ideya, at lumikha ng mga bago at kapaki-pakinabang na bagay para sa ating sarili at sa iba sa buhay.

Kung hindi tayo kuntento sa ating pamumuhay, dapat tayong maghanap ng mga bagong paraan at pamamaraan na magbibigay sa atin ng kaunting kasiyahan at sikolohikal na ginhawa.

Dapat nating isipin ang paggawa ng isang bagay na magpapabuti sa ating mga kalagayan at gagawing

makabuluhan at sulit ang ating mga buhay, at pagkatapos ay isabuhay ito.

Ang agarang kailangan ay isang pagbabago sa kamalayan o isang pagbabago sa takbo nito

Dapat tayong magpasiya na hindi natin hahayaang maapektuhan tayo ng mga problema at mawalan ng balanse, at hindi natin hahayaang masira ng mga bagay na nakababahala ang ating buhay, sakupin ang ating damdamin, at sirain ang ating kapaligiran.

At upang hindi tayo maging biktima ng mga mapaminsalang gawi at mapaminsalang mga ugali, at upang tayo ay maging malaya at walang pigil na parang mga ibon sa himpapawid.

Hindi na kailangang manatiling walang pagbabago at walang pagbabago ang mga tao. Ang mga lambong ng ilusyon ay dapat hubarin mula sa diwa ng kaluluwa upang ito ay magningning sa kadalisayan at lakas nito, na nagpapakita ng marangal na karilagan na ipinagkaloob ng Diyos sa sangkatauhan.

Pagpapalain ng Diyos ang mabubuting pagsisikap, mga lehitimong ambisyon, at determinasyong magtagumpay

Sa likod ng ating buhay ay nakasalalay ang kapangyarihan ng Kataas-taasang Espiritu, at sa likod ng ating kalooban ay nakasalalay ang kosmikong karagatan ng Banal na Kalooban.

Tayo ay mahalagang bahagi ng walang hanggang karagatang iyon. Kapag narating natin ito at lumangoy dito, lumalawak ang ating kamalayan at nadarama natin ang ating kalawakan.

Ang pag-iisip tungkol dito ay naglalapit sa atin dito, at ang pagninilay-nilay dito ay humahantong sa atin dito

Ang patuloy na pagsisikap na makasundo ito ay nagbibigay sa atin ng kaalaman, determinasyon, at enerhiya

Ang pang-araw-araw na paghahanda ng kamalayan ay nagdudulot ng banal na pag-ibig at mga pagpapala ng langit

Dumadaloy ito sa atin nang walang pagkaantala at nagbibigay sa atin ng masaganang bahagi ng mga kayamanan ng karagatan

Mayroong nakatagong banal na kamalayan sa loob ng bawat tao, isang kamalayang naghihintay ng pagkakataong ipahayag ang sarili nito.

At upang makalabas sa makitid at mahigpit na silong ng ego

Kung paanong ang isang tao ay nagising mula sa isang nakakagambalang bangungot at napagtanto na ang kanyang nakita ay walang iba kundi isang panaginip, gayundin ang banal na kamalayan ay hinihimok ang isang tao na magising mula sa bangungot ng pagkakatulog at pagkalito tungo sa isang bagong kamalayan at mahusay na pag-unawa sa kahulugan at layunin ng buhay.

Kung nais nating maranasan ang buwang-liwayway ng espirituwal na paggising at masaksihan ang mga liwanag ng katiyakan, dapat nating pakinggan ang panloob na tinig

Tumutugon tayo sa pag-uudyok nito. Dapat nating alisin sa landas ang mga bato ng ilusyon at ang mga bato ng kamangmangan na humahadlang sa pag-unlad ng kaluluwa at humahadlang sa paggalaw nito.

At kumatok tayo gamit ang kamay ng pananabik sa pinto ng paggising mula sa pagkakatulog ng kawalang-pakialam, upang ating malanghap ang mga simoy ng kaligayahan at magdala ng makalangit na

kuryente sa bawat ating iniisip at bawat ating nararamdaman.

At bawat isa sa ating mga gawa

Hinihiling namin sa Diyos na Makapangyarihan na buksan ang mga bintana ng kamalayan sa aming kamalayan, punuin kami ng liwanag ng karunungan, palibutan kami ng Kanyang pagmamahal, at balutin kami ng Kanyang walang hanggang habag.

Sa mga lumapit sa akin, may mga taong sinabihan ko mula pa sa simula, nang lantaran, na hindi mabuti ang kanilang mga motibo, at hiniling ko sa kanila na baguhin ang mga motibong iyon.

May ilan sa kanila na hindi nagustuhan ang sinabi ko, ngunit ang iba ay tumugon at nagbago para sa ikabubuti.

Ang pagkukunwari ay hindi humahantong sa isang magandang resulta, at kahit ang pinakamarunong sa mga pantas ay hindi maitatago ang ipinapakita ng kanilang mga mata

Ang buong kasaysayan ng isang tao ay nakasulat sa kanilang mga mata

Kung gusto mong malaman ang tunay na ugali ng isang tao, hilingin mo sa Diyos na ipakita sa iyo ang tunay na ugali niya.

Dahil ayaw mong malinlang, mararamdaman mo sa kaibuturan ng iyong puso ang tunay nitong kalikasan at hindi magkakamali ang iyong intuwisyon.

Kapag kinakausap natin ang ating kasama, dapat tayong tumingin nang direkta sa kanyang mga mata at magsalita nang may kumpiyansa, katiyakan, at katotohanan.

Kapag nakipagkamay tayo sa isang tao, dapat nating iparating sa kanila ang magnetismo ng ating pagmamahal at katapatan, at sikaping tulungan sila sa abot ng ating makakaya.

Ang naghahanap ng kaalaman ay dapat maging positibo at magsikap na paunlarin ang kanyang espirituwal na magnetismo; pagkatapos ay bibigyan siya ng Diyos ng kapangyarihang tumulong sa iba at magpadala ng mga pinagpalang vibrations sa kanila.

Maaaring maglakbay ako lampas sa pinakamalayong mga planeta at bituin, ngunit ako'y mananatili sa iyo. Maaaring dumating at umalis ang iyong mga tagasunod, ngunit sasamahan kita at magiging iyo magpakailanman. Maaaring ako'y hagupitin ng mga alon ng hindi mabilang na pagkakatawang-tao at makaramdam ng kalungkutan at pag-iisa, ngunit ako'y mananatili sa iyo magpakailanman.

Ang mundo, na abala sa iyong mga laro, ay maaaring makalimutan ka, ngunit lagi kitang aalalahanin. Ang aking tinig ay maaaring humina at ako ay maaaring mabigo.

Ngunit sa mga salita ng aking kaluluwa ay ibubulong ko: "Ako'y laging magiging iyo"

Maaaring punitin at sunugin ako ng mga pagsubok, sakit, at kamatayan, ngunit hangga't may nananatiling kislap ng pag-asa sa aking alaala

Tumingin ka sa aking naghihinalong mga mata dahil sa pamamagitan ng mga ito ay sasabihin ko sa iyo: "Mamahalin kita magpakailanman at mananatili akong tapat sa iyo magpakailanman!"

Katotohanang sinasabi ko sa iyo na natanggap ko ang mga sagot sa lahat ng aking mga katanungan hindi mula sa mga tao, kundi mula sa Diyos, ang pinagmumulan ng lahat ng pagkabukas-palad.

At ang pinagmumulan ng lahat ng kaalaman sa sansinukob

Siya ang tanging inspirasyon ko sa buhay, at kapag ako'y nagsasalita, hinihiling ko sa kanya na

punan ang aking mga salita ng kanyang kapangyarihan, kanyang katotohanan, kanyang pag-ibig, at kanyang liwanag. Nararamdaman ko ang mga alon ng kagalakan na bumabalot sa akin dahil ang kanyang pinakadakilang pag-ibig ay bumubuhos sa kaluluwa tulad ng banayad na simoy ng hangin sa mainit na mga araw, at ang pagbubuhos nito ay patuloy na malakas araw at gabi, linggo-linggo, taon-taon, kaya hindi mo alam kung saan ang wakas.

Iniisip ng mga tao na kailangan nila ng pagmamahal at kayamanan mula sa mga tao, ngunit sa likod ng bawat pagmamahal at kayamanan

Banal na pag-ibig na hindi nagbabago at espirituwal na kayamanan na hindi masusukat ng kayamanan sa lupa. Sinumang makaunawa na ang Diyos ang pinagmumulan ng lahat ng pag-ibig, kaligayahan, at biyaya ay matatagpuan ito at magiging lubos na masaya rito.

Higit pang mga turo at repleksyon ni Master

Paramhansa Yogananda

Ang katapatan ang pundasyon sa espirituwal na landas

Bagkus, ito ang haligi kung saan nakabatay ang

.koneksyon ng kaluluwa sa Lumikha nito

Nangangahulugan ito ng pagbabalik-loob sa Diyos nang

may lubos na pagtitiwala

Kinakausap namin siya nang tapat at tapat

Sa pinakasimpleng wika, ang wika ng puso

Hinihiling namin sa kanya na tulungan kami

Upang tayo ay magsumikap patungo sa Kanya at umasa

sa Kanya

Para pakalmahin ang ating mga puso

At pinalalaya tayo nito mula sa pagkabalisa at

pagkayamot

At mula sa lahat ng maaaring humadlang sa ating daan

Sinusubukan niyang ilayo tayo sa ating espirituwal na
layunin

Sa huli

May iisang layunin para sa lahat ng aming mga
pagsubok at eksperimento

Ito ang nag-uudyok sa atin na gawin ang ating
makakaya

Ipinagkakatiwala natin ang mga bagay sa Diyos
At napakaswerte niya na nagtataglay ng ganitong pang-
unawa

Kung wala ito, nabubuhay tayo sa tunggalian at alitan

Nang hindi alam ang dahilan

Ngunit sa espirituwal na landas

Alam namin na ang mga paghihirap na aming

kinakaharap

Ang layunin nito ay gawing mapagpakumbaba tayo sa

harap ng Diyos

Binubura natin ang ating mga iniisip at nararamdaman

Mula sa maling pagmamataas at mapanlinlang na

kadakilaan

Upang mapuspos tayo ng Diyos ng Kanyang liwanag,

karunungan, at pagmamahal

Sa pagpapasakop ng sarili sa Diyos

Ang matamis na koneksyon ay nakasalalay dito

Tandaan natin na hangga't nangingibabaw ang

"pakiramdam ng "sarili

May tendensiyang ilayo ang sarili sa Diyos

Naniniwala na mayroon tayong sapat na lakas at

karunungan

Para kaya nating tumayo sa sarili nating mga paa nang

walang suporta

Nilulutas natin ang ating mga problema nang mag-isa

Natatakot tayo na kung susuko tayo sa kalooban ng

Diyos

Na hindi tayo magiging masaya sa ipinapadala sa atin
ng Diyos
Ito ay patunay ng kawalan ng pananampalataya sa
Diyos
Ngunit maaga o huli
Kailangan nating bumaling sa Diyos
Matutuklasan ng bawat tao ang katotohanang ito sa
kanilang buhay
Maliban na lang kung natuklasan na niya ito
Hindi ito isang nakapanghihina ng loob o negatibong
ideya
Ang pinakamatamis na kasiyahan sa buhay ay
Ang pakiramdam na tayo ay nasa piling niya
Ligtas at panatag mula sa mga sorpresa ng buhay at
mga dagok ng panahon
Iyan ang katangian ng pagpapakumbaba at ang
katangian ng mapagpakumbaba
At doon nakasalalay ang tunay na espirituwal na lakas
At ang kadakilaan ng katapatan
At ang lalim ng pag-ibig
At ang kagandahan ng kasiyahan at pagpapasakop
Hindi akin, O Panginoon, kundi ang kalooban Mo ang }
{masunod
(Ibinigay namin ang aming tiwala sa Diyos)
Upang maantig ang ating espirituwal na kalikasan
Dapat nating sikaping ipakita ang mas mataas na
kamalayan sa ating buhay
Kapag dumarating ang mga problema, dapat nating
paalalahanan ang ating mga sarili
Na hindi tayo mahina at taglay natin ang angkop na
mga kasangkapan upang harapin ito
Hindi natin dapat hayaang guluhin ng mga
responsibilidad at problema ang ating kapayapaan
Inaalis nito ang ating kapayapaan

Nandito tayo sa mundong ito para paunlarin ang ating
mga sarili

Paggalugad sa ating espirituwal na potensyal
Huwag lumubog sa madilim na dagat ng ilusyon
Na kinabibilangan ng hindi mabilang na mga panganib
Kung nais nating makilala ang ating espirituwal na sarili
Dapat tayong maging tapat sa Diyos at sa ating mga
sarili

At tapat sa ating pakikitungo sa mga tao
At nawa'y ito ang maging pinakamalakas na hangarin sa
ating buhay
Ito ay tungkol sa pagkilala sa ating banal na pinagmulan
Sa Kanya tayo nagmula at sa Kanya tayo dapat bumalik
Kahit gaano pa katagal ang ating pagkawala sa mundo
ng pag-iisa

Kahit na ang kapaligiran ay tila madilim at mapanglaw
Dapat nating panatilihin ang ating pananampalataya
Na muling sisikat ang araw
At ang kabutihan sa buhay ay mas matimbang kaysa sa
kasamaan

Mas malakas ang pag-ibig kaysa sa poot
At ang mga nasa tamang landas
Darating sila gaano man kalayo ang distansya at gaano
man kalayo ang destinasyon
At kung dumami ang mga alalahanin
Dapat itong mawala sa pamamagitan ng pagmamahal
sa Diyos at pakikipag-ugnayan sa Kanya
Sa pamamagitan ng taos-pusong panalangin
At hinihiling sa kanya na palakasin ang ating
determinasyon

Nakakatulong ito sa atin na itama ang takbo ng ating
buhay
Ang panalangin ay sasagutin ng mga nakapagpapatibay
na kislap

Liliwanag muli ang mga ulap at ang abot-tanaw ay
muling magmumukhang malinaw
Pagharap sa mga pressure sa buhay
Isa sa mga benepisyo ng malalim na pananaliksik
tungkol sa Diyos
Ito ay ang kakayahang magrelaks
Kung saan nababawasan ang tensyon, nababawasan
ang pangamba, at humuhupa ang mga alalahanin
Kapag nawalan tayo ng kakayahang masiyahan sa
buhay
Pakikilahok sa mga malusog na aktibidad sa libangan
Mas seryoso at kinakabahan tayo kaysa sa nararapat
Ang kaluluwa, sa dalisay nitong diwa, ay hindi
nakakaramdam ng tensyon o nerbiyos
Bagkus, ang " ego " ang nakararanas ng mga
.kalagayang iyon
Hindi natin dapat masyadong seryosohin ang mga
bagay-bagay
Upang ang tindi ng "ego" ay bumaba at ang kapit nito
ay lumuwag
Madalas na pinag-uusapan ng mga tao ang mga
pressure na kanilang nararamdaman
At ang sikolohikal na stress na kanilang nararanasan sa
ilalim ng bigat ng maraming pangangailangan
Ngunit hindi natin dapat hayaang maging biktima tayo
Para sa anumang uri ng kahirapan
Lagi nating tandaan na ang Diyos ang nagbibigay sa
atin ng lakas
Sapat na para harapin lahat ng pagsubok na ating
kinakaharap
Imposibleng makaramdam ang kaluluwa ng pagod at
panghihina
Maaaring makaramdam ng pagod ang katawan
Ngunit kapag iniuugnay natin ang pisikal na kahinaan sa
ating sarili

Nanatili tayong nakakulong sa maliit na saklaw ng ating
sarili

Kapag nahaharap tayo sa mga balakid
Dapat tayong humingi ng tulong mula sa Diyos
Tinitiyak sa ating sarili na kaya natin - sa tulong ng
Diyos - na malampasan ito

At ito ay dumarating bilang isang katalista upang
gisingin ang ating mga natutulog na kapangyarihan, na,
kapag nagising, ay may kakayahang
Sa pagharap sa lahat ng uri ng kahirapan at problema
At ang ating tunay na kalikasan ay ang espiritu
Na ang esensya ay kapayapaan, katahimikan,
katahimikan, at katahimikan
At ang mga pinagpalang elementong ito ay nasa loob
natin

Ito ay isang mahalagang bahagi ng ating espirituwal na
pagkatao
Ang tao ay espiritu, at ang kanyang espiritu ay hindi
matatalo

Dahil ito ay may di-materyal na katangian
Kapag taglay natin ang kamalayang ito
Nararamdaman natin ang mga puwersang iyon na
aktibo sa loob natin
Pakiramdam namin ay sumusulong at umuunlad kami
Ang ating tiwala sa Diyos at sa ating sarili ay lalong
lumalakas

Nababawasan ang tindi ng mga kahirapan
Para makayanan natin ito
Isang nakabubuo na pamamaraan batay sa kumpiyansa,
ginhawa, at balanse
Sa bawat karanasang lumilitaw sa kalangitan ng ating
buhay

Sa paglalakbay nating ito sa lupa
Dapat nating malaman kung paano palawakin ang ating
mga abot-tanaw at kamalayan

At paano natin mas mauunawaan ang mga
pangyayaring nakapaligid sa atin o ang ating
?pinagdadaanan
Sa gayon ay mamumuhay tayo nang may mas maayos
na pagkakaisa
At upang mas maayos at ligtas na makitungo sa mga
tao at buhay
Kapag mas malalim nating sinuri ang mga kabihasnan
sa mundo
Ating tuklasin ang mga nakatagong sikreto ng mga
sinaunang kabihasnan
Isang malaking imahe ang lumilitaw, na may mga gusot
;na linya
Iba-iba ang panahon, masusing detalyado
Natutuklasan natin na ang tao ay parehong indibidwal at
panlipunan sa kalikasan nang sabay
Ang bawat tao ay may hangarin para sa isang indibidwal
na buhay at isang buhay panlipunan
Siya ay may indibidwalistikong mga tendensiya at
pagnanais na mapabilang sa mga grupo at angkan
Kahit noong sinaunang panahon
May ebidensya na ang mga sinaunang tao
Taglay niya ang ideya ng pagkakaisa sa loob ng mga
grupo
Sa pang-araw-araw na buhay, napapansin natin na ang
labis na pakikipag-ugnayan sa iba ay
Hindi ito nagdudulot ng malaking kaligayahan
Hindi rin nagdudulot ng kaligayahan ang labis na pag-
iisa
Nais ng Diyos na tayo ay magsanay ng katamtaman
At upang lumikha ng balanse sa pagitan ng ating mga
indibidwal na buhay at ng ating mga buhay panlipunan
Ang mga indibidwal at kolektibong prinsipyo sa mga tao
ay nagmumula sa isang mas mataas na pinagmumulan
Ang Diyos ang lisa, ang Walang Hanggang Kanlungan

Higit pa sa mga bituin, sansinukob, at pag-iisip ng tao
Higit pa sa mga damdamin at pangarap
Nahihigitan nito ang lahat ng pandama
Siya ay Isa, Natatangi, Isang Nilalang sa Kanyang Sarili
Perpekto sa diwa at mga katangian nito
Kung saan walang sikat ng araw
Walang buwang sumisikat
Walang apoy na nagniningning
Bagkus, ito ang Kanyang banal na liwanag, na walang
kapantay
Doon, sa kabila ng kadiliman, ay walang kadiliman
At ang walang tunog na katahimikan
At walang iba kundi ang nilikha
Naroon ang walang hanggang diwa
Alin ang pinagmulan ng pag-iral
At ang pinagmumulan ng lahat ng kapangyarihan at
nilalang
Parehong nakikita at hindi nakikita
Nilikha ng Diyos ang sansinukob na ito upang
Ito ay gumagana ayon sa isang nakapirming at hindi
nagbabagong batas
Kung lalabagin natin ang alinman sa mga unibersal na
batas, pinaparusahan natin ang ating mga sarili
Mababali ang mga buto ng sinumang tumalon mula sa
bubong ng isang mataas na gusali
Samakatuwid, hindi natin maaaring balewalain ang
batas ng grabidad
Nang hindi nararanasan ang mga kahihinatnan
Sa mundong ito
Maaaring malayang kumilos ang mga tao
Ngunit sa loob lamang ng limitadong saklaw
At kung lalabagin niya ang mga banal na batas
Paparusan niya ang sarili o sisirain ang sarili
Itinatag ng Diyos ang mga batas na hindi nagbabago
Gusto niya na ito ay gumana para sa ating pabor

Dahil kung wala ito, hindi natin mahahanap ang ating
daan sa buhay na ito
Binigyan din tayo ng Diyos ng kalayaan sa pagpili at
inilagay ang konsensya sa loob natin
Upang makilala ang mabuti at masama, kapaki-
pakinabang at nakakapinsala
Kapag pinipili ng mga tao ang landas ng kasamaan
Nilalabag nila ang mga pangkalahatang batas ng Diyos
Pinapakilos nila ang mga puwersang kosmiko
Hindi maiiwasang mga kahihinatnan ang nagreresulta
Dahil sa paglabag sa mga batas na iyon
Sa paggawa nito, pinaparusahan nila ang kanilang mga
sarili

Katotohanan, ang Allah ay hindi gumagawa ng}
kamalian sa mga tao, bagkus ang mga tao ang gumagawa
{ng kamalian sa kanilang mga sarili
Ngunit ang mga sumusunod sa mga batas nito
At sinusunod nila ang kaniyang mga mungkahi
Namumuhay sila nang mapayapa
At sa pamamagitan nila, ang mata ng kaunawaan ay
nabubuksan
Naglalakad sila nang may kumpiyansa at tiyak na mga
hakbang

Pakiramdam nila ay ligtas silang naglalakad
Sa mga landas ng buhay
Ang pag-iisip ay isang napakalaking puwersa sa iyong
buhay
Kung alam mo kung paano linangin ang lakas na iyon
At gamitin ito nang tama
Huwag mong hayaang ang kahinaan ang pumasok sa
iyong isipan
Maging maingat sa pakikisalamuha sa mga taong may
negatibong pananaw
At isang pesimistikong pananaw, baka ang kanilang
mga mahihinang ideya ay tumagos sa iyong isipan

Maliban na lang kung ang iyong isip ay umabot na sa
isang tiyak na antas ng lakas
Upang ang mga ideya ng iba ay hindi siya mapahina
Sa kabaligtaran
Kaya niyang palakasin ang mga ideya ng iba
At upang mapalakas ang kanilang tiwala sa sarili
Ang mga nabibigo ay dapat makisama sa mga
nagtatagumpay
Ang mahihina ay dapat makisama sa mga taong mas
malakas kaysa sa kanila
Kung tungkol sa mga taong walang pagpipigil sa sarili
Dapat silang samahan ng mga taong may mabuting
.pagkatao at disiplina sa sarili
Ang taong matakaw ay dapat kumain
Sa isang taong mas kayang kontrolin ang kanilang gana
sa pagkain
:Pagkatapos ay masasabi niya
"Kaya ko ring kontrolin ang gana ko"
Kapag gumawa ka ng desisyon at nangako sa iyong
sarili na tutuparin ito
Huwag mong hayaang mag-iba ang iyong paninindigan
kung may mangyari na sumasalungat sa iyong desisyon
Patuloy na magtiwala sa sarili at maniwala na taglay mo
ang lahat ng kalakasan na kailangan mo
Para makamit ang iyong minimithi, gaano man ito
kahirap paniwalaan
Kung sa panlabas na paraan mo sasabihing "Handa na
"ako para sa kanya
"At sinabi mo sa sarili mo, "Hindi ko kaya
Sa paggawa nito, binabawasan mo ang kapangyarihan
ng pag-iisip
Pinapahina nito ang lakas ng loob
Kakailanganin mo ng isang kagustuhan na mas malakas
kaysa sa iyo

Upang bigyan siya ng lakas at inspirasyon ng
determinasyon at paninindigan
:Ang payo ko ay
Paunlarin ang lakas ng loob
Mag-isip nang positibo
Matutuklasan mo na ang iyong pisikal, mental, at
espirituwal na kapangyarihan
Nagtutulungan upang idisenyo at hubugin ang bawat
aspeto ng iyong buhay
Sa kahit anong paraan na gusto mo
Nararamdaman ng langgam ang katawan nito
Ang kaniyang matalim na mga mata ay nakikita ang
isang limitadong espasyo sa paligid niya
Kilala ng isang tao ang kanyang katawan, ang kanyang
kapaligiran, at ang kanyang pamilya
At ilan pang mga bagay na pamilyar sa kanya
Kung tungkol sa unibersal na tao
Napagtanto niya na ang kanyang katawan ay bahagi ng
pamilya ng tao
Saklaw ng kaniyang kaisipan ang sansinukob sa pisikal
at mental na dimensyon nito
Napagtanto niya na ang lahat ng pag-iral ay nasa loob
ng kanyang isipan
Kung kayang baguhin ng isang tao ang kanyang
kamalayan tungo sa espirituwal na kaligayahan
Malalaho ang sansinukob sa kanyang isipan
Dahil ang mga iniisip ng isang tao ang nagbibigay sa
sansinukob ng anyo ng katotohanan
Kung walang pag-iisip, ang sansinukob ay walang
realidad
Nasanay na ang mga tao na manatiling mapagmatyag
at abala sa mga problema sa buhay
O baka sumuko na siya sa pagtulog at makalimutan ang
mundo

Ngunit ang sangkatauhan ay may napakalaking
potensyal na hindi pa nito napapagana
At kung matututunan mo ang tungkol sa espirituwal na
kaligayahan
Paano maalís ang kamalayan sa katawan at hindi
sinasadyang kamalayan sa pagtulog
Magigising siya sa kataas-taasang, pinagpalang
kamalayan
Kapag ang isang tao ay kayang manatiling gising
O mula sa agarang pagtulog sa pamamagitan ng
kalooban
Magagawa niyang maabot ang isang mataas na estado
ng kamalayan
Walang hangganan ang kanyang kasiyahan
Mararanasan niya ang kaligayahan ng malay at kusang
pagtulog
Kahit kailan, kahit saan
Sabi ng Paruparo ng Imortalidad
Ang aking mas dakilang sarili
Nabubuhay sa bawat puso
Sa lahat ng bansa
at ang aking matibay na kalooban
Kumakatok ito sa bawat sulok
At ginigising nito ang mga natutulog
Sa walang katapusang mga mungkahing ethereal
Kung tungkol sa aking mababang sarili
Nakakulong sa itinakdang oras na katawan
Ang paru-paro ay nasa loob pa rin ng kanyang lupang
bahay-uod
pandikit sa lupa
Naka-lock ang mga pinto
Nakatali sa isang libong lubid na bakal
O aking bihag na kaluluwa
O ikaw na naliligo sa sikat ng araw
At huminga ka sa elixir ng buhay

At uminom ka ng malinis na tubig
Pangarap mo ba na angkinin ang lahat ng mabubuting
?bagay na nabubuhay
At ang iyong laki ay maliit
?!At mahina ang puso mo
!Gumising ka na sa iyong pagkakatulog
Palawakin
Mag-unat
Baguhin ang iyong sarili
Makipag-isa sa iyong mas mataas na sarili
At ikaw ay magiging
Walang Hanggang Paruparo
Lumalaban sa mga paghihigpit at limitasyon
Pagsasakatuparan sa Sarili
Inangkop na salin ni: Mahmoud Abbas Masoud
Kalinawan sa pandinig at biswal
Hindi ang mata ang nakakakita
Bagkus, ang isip at enerhiya ang humuhubog sa mga
bagay-bagay
Maaaring magkaroon ang isang tao ng taingang
nakikinig at matang nakakakita
Sa katotohanan, ang mundo ay ibang-iba sa nakikita ng
isang tao
Ang mga tunog na kanyang naririnig ay ang mga nasa
loob ng saklaw
Ang mga panginig ng boses na kaya nitong matukoy
Ang Clairvoyance ay tinatawag ding intuitive hearing
O pakikinig sa pamamagitan ng pananaw
Dahil hindi kayang makinig ng normal na tainga
Mga tunog na hindi marinig
Ang mga kakayahan ng paningin at pandinig ay umiiral
sa kaluluwa
Posibleng gisingin ang mga nakatagong kapangyarihan
sa lahat ng pandama

Sa pamamagitan ng pagsasanay sa isip at
pagpapaunlad ng mga kakayahang kognitibo nito
Ang kapangyarihan sa ating mga mata ay katulad ng X-
ray
Gayunpaman, hindi natin nakikita ang mga bagay na
tinatagos ng X-ray
Dahil hindi pa tayo nakakabuo ng pagkakasundo sa
antas na iyon ng mga bibrasyon
Ang ating mga pinahusay na pandama ay napipinsala ng
mga limitasyon ng mga kakayahang pangkaisipan
Nangyayari ang clairvoyance kapag ang puwersa ng
buhay ay nakahanay sa ilang elemento
Mga transparent na vibrations Tulad ng pagtagos ng X-
ray sa mga dingding
Ang mata ng tao ay may parehong kakayahan, at ang
ganitong uri ng paningin
"Ito ay tinatawag na "visual clarity
Posibleng subukan ang lakas ng kalinawan ng paningin
Kapag ang kakayahang biswal ng mata ay nadoble
O kaya'y itaas ang antas ng mga pangininginig ng
puwersa ng buhay na tumatagos sa lahat ng bagay
Ang aktwal na clairvoyance ay hindi nakakasira sa
espirituwal na pag-unlad
Sa kabaligtaran, nakakatulong ito upang ilipat o baguhin
ang kamalayan
Mula sa pisikal na antas hanggang sa espirituwal na
antas
Ngunit ang mga imaheng lumalabas mula sa
subconscious mind
Nagmumula ito sa ilusyon at imahinasyon, at dapat
iwasan
Ang naghahanap ay dapat pumasa sa mga pagsubok ng
mga panaginip upang maabot ang isang estado ng
espirituwal na paggising

Kung saan lubos niyang nalalaman na siya ay malapit
na naaayon sa isang mataas na antas ng
Siya ay naroroon at nakakaramdam ng isang
pagbubuhos ng nakakapreskong kagalakan na tumatagos sa
kanyang isip, kaluluwa, at katawan
Ang buong bagay ay matinding aktibidad sa ibang
pagkakasunud-sunod ng panginginig ng boses
Ang Kaharian ng Diyos ay nasa loob ng tao
Ngunit dapat niya itong ipakita sa pamamagitan ng
.nakabubuo na gawain at wastong pagninilay-nilay
Huwag nating hayaang may makahadlang sa ating pag-
unlad

Ang sarili ay dapat maipakita sa pamamagitan ng
paglilinis ng isip, pagpapabuti ng moralidad, at malalim na
.pagmumuni-muni
Ang Diyos ay laging nakikinig sa mga tawag ng kaluluwa
Ngunit ang kanyang tugon ay napakabanayad at
.malinaw kaya't kung minsan ay mahirap itong maunawaan
?Sino ang magpapatuloy ng paghahanap
Pinapanatili niya ang kaniyang espirituwal na sigasig
Matatagpuan ang Diyos
Ang kaniyang bahagi ay magiging sagana
Malaki ang kanyang kayamanan sa mundong ito at sa
kabilang buhay

Pakibisita ang website ng Suida Yoga at ang Facebook
.page ni Master Paramhansa Yogananda
/ <http://wwwswaidayogacom>
<https://wwwfacebookcom/masteryogananda?ref=hl>
Isang turista sa iyong lupain
Ikaw ang pinagmumulan ng saya at ginhawa
Ikaw ang diwa ng pag-ibig at ang mga hiyas ng
karunungan na nakakalat sa mga bukid ng kawalang-
hanggan

Ikaw ang kalayaan at kalayaan mula sa lahat ng mga
ilusyon
Ikaw ang ganap na pagkakaisa na hindi napapailalim sa
pagkakawatak-watak
Ikaw ang pangkalahatang kamalayan
Ikaw ang simula at ang wakas
At ang pangwakas na layunin, na wala nang ibang
layunin na higit pa rito
Ako'y isang turista sa inyong lupain at isang
manlalakbay sa inyong mga landas
Hawakan mo ang aking kamay at gabayan ang aking
mga hakbang sa pinakamalapit na landas na patungo sa iyo
Ikinagagalak kong makilala ka
Ang iyong pinagpalang mga taniman, na puno ng
masasarap na prutas, ay tumawag sa akin
Para bisitahin ito at tamasahin ang masaganang bunga
nito
Kay tamis ng mga bunga ng kaalaman, at kay sarap ng
!mahiwigang nektar nito
Sana'y lagi kong nanaisin ang masustansiya at
nakakapreskong bunga ng kaluluwa
At umiinom ako mula sa tubig ng kapayapaan na
umaapaw mula sa mga ilog ng sagradong pag-ibig
Bigyan mo ako ng kadalisayan ng puso at katahimikan
ng kaluluwa
Hugasan ang aking pagkatao gamit ang iyong
nagliliwanag na tubig, linisin ito mula sa lahat ng karumihan
at karumihan
Gusto kong maramdaman ang iyong presensya at
makita ang iyong magandang mukha
Palagi kong naiisip ang kanyang katangi-tanging
kagandahan, at ang aking kaluluwa ay nananabik na makita
siya

Punuin mo ang aking pagkatao ng pasasalamat at
pagpapahalaga sa iyong mapagbigay na kamay at
masaganang mga biyaya
Nawa'y tumibok ang puso ko sa pagmamahal para sa
iyo hangga't may bituing kumikislap at pusong tumitibok
Pagpalain Mo ang aking mga iniisip upang
awtomatikong bumaling sa Iyo, upang pagpalain sila ng
kagandahan ng pagkakita sa Iyo at pagkakita sa Iyong
.kagandahan
Bigyan mo ako ng kakayahang makuha ang iyong mga
umaalon na himig sa kalawakan ng eter
Nalalasing ako sa mga makalangit na himig nito na
inaasam-asam ng mga anghel na marinig
Oh, gaano ko sana maramdaman ang iyong pinagpalang
espíritu sa bawat atomo ng aking pagkatao
At pakainin ang aking mga pandama ng Iyong banal na
pagkain, na siyang tinapay ng pag-iral
Naroon ang elixir ng buhay at ang tagsibol ng kawalang-
hanggan
Oh, sana'y malanghap ko ang matamis na simoy ng
iyong presensya
Sa mga oasis ng pananabik at pagnanasa
At nakita ko ang mga ilaw ng iyong pag-ibig na
nagniningning nang maliwanag
Sa langit ng aking kaluluwa, na nananabik sa iyo
Kapag huminahon ang hininga, nakakatagpo ng
kapayapaan ang kaluluwa
Tumataas ang antas ng kamalayan
Ito ay maaaring makamit sa pamamagitan ng
meditasyon
At sinusubukang panatilihin ang mga nakakakalmang
epeкто
Para sa mga alon ng pag-iisip at isang pakiramdam ng
panloob na kapayapaan

Pagninilay-nilay sa Diyos at pagiging optimistiko sa
mabubuting bagay
Sapat na ang mga ito upang mapanatiling mapuno ang
.kaluluwa ng kapangyarihan ng banal na espiritu
Mga salitang walang espirituwal na kapangyarihan
Parang dayami na walang butil
Kaya naman, kapag tayo ay nagbabasa, dapat nating
pagnilayan ang diwa ng mga kahulugan
At magtuon sa kung ano ang ipinahihiwatig nito
Pag-abot sa pinagmumulan ng mga ideya sa likod ng
mga kahulugan
Ang Diyos ang dalisay na pinagmumulan ng lahat ng
kahanga-hanga at kapaki-pakinabang
Siya ang Panginoon ng Kapayapaan, na naghahari sa
trono ng mga payapang kaisipan
Siya ang gumagabay sa mga kilos ng isang malinis at
marangal na tao
At nakamit niya ang kanyang mga lehitimong mithiin
Buksan natin ang pinto tungo sa espirituwal na
kapayapaan
Hayaang pumasok nang marahan ang mga anghel ng
katahimikan
Sa istruktura ng aming negosyo at mga aktibidad
Gawin natin ang ating mga tungkulin nang may
kahinahunan
Punong-puno ng diwa ng kapayapaan at kapayapaan ng
isip
At sa likod ng mga tibok ng ating mga puso,
mararamdaman natin ang pulso ng banal na kapayapaan
Suriin natin nang mas malalim ang mga konsepto ng
mga eksperimento at pagsubok
Maging sa pamamagitan ng mga ideyang nababasa
natin sa mga kapaki-pakinabang na aklat
O mga problemang kailangan nating harapin
O mga pilosopiya, opinyon, at paniniwala

O espirituwal na kaligayahan
Pumasok tayo sa santuwaryo ng ating pinakamalalim na
mga kaisipan

At ating tinatamasa ang dumadaloy na kapayapaan

Mula sa mga bukal ng katahimikan

Paalala: Maraming halimbawa ang maaaring ibigay na*

nagpapakita ng malapit na ugnayan sa pagitan ng bilis ng
paghinga ng tao at mga pagbabago sa estado ng
kamalayan. Ang isang taong abala sa isang komplikadong
diyologo sa pag-iisip o sinusubukan ang isang tumpak at
masidhing pisikal na pagsisikap ay awtomatikong humihinga
nang napakabagal. Ang pagtutuon ng atensyon ay
nakadepende sa mabagal na paghinga, habang ang mabilis
o hindi regular na paghinga ay may kasamang
mapaminsalang emosyonal na estado tulad ng takot, walang
pigil na sekswal na pagnanasa, at galit. Ang unggoy ay
humihinga sa bilis na 32 beses bawat minuto kumpara sa 18
beses lamang bawat minuto para sa isang tao. Ang mga
elepante, pagong, ahas, at iba pang mga hayop na kilala sa
kanilang mahabang buhay ay may mas mabagal na bilis ng
paghinga kaysa sa mga tao. Halimbawa, ang isang
higanteng pagong na nabubuhay nang tatlong daang taon
ay humihinga sa bilis na 4 na beses lamang bawat minuto
Mula sa aklat na: Ang Pilosopiya ng India sa Buhay ng

isang Yogi

Ni Paramhansa Yogananda: Autobiography ng isang Yogi

Dahil imposibleng makamit ang anumang materyal na

tagumpay

O kaya'y magkaroon ng anumang pag-unlad sa

anumang larangan

Kung walang kalayaang espirituwal

O gabay at karunungan mula sa Diyos

Itaas natin, una, huli, at magpakailanman

Mga taludtod ng pasasalamat at pasasalamat sa Diyos

Upang maging perpekto ang ating gawain

At upang makumpleto ito sa abot ng aming makakaya
At upang maramdaman natin ang kagalakan ng
tagumpay
Kasabay ng panibagong pag-agos ng enerhiya at sigasig
Sa lahat ng aking pasasalamat at pagpapahalaga
Sa pinagmumulan ng lahat ng kabutihan
Sa Kanyang hindi mabilang na mga biyaya
Na siyang nagpapahirap sa atin sa araw-araw ng ating
buhay
Madalas nating itinuturing na karapatan natin ang mga
biyayang iyon
Bagama't milyun-milyon sa mundong ito ang
pinagkakaitan nito
Sa tuwing tayo'y nagpapasalamat sa Diyos para sa
Kanyang mga biyaya
Mas maraming kabutihan at biyaya ang ating
natatanggap
Kung kayo ay mapagpasalamat, tiyak na dadagdagan
Ko kayo [ng biyaya]
{Ibigay mo sa amin ang aming kakanin sa araw-araw}
Tandaan natin na siya na kumukuha ng lahat sa buhay
Gayunpaman, katotohanan na siya ang hindi tumatama
sa target
Ang taos-pusong pasasalamat ay nagdudulot ng
panloob na kapayapaan
Nagdudulot ito ng kagalakan at kapayapaan ng isip
Ramdam natin ang lapit ng Diyos sa atin
Ang kanyang pagmamalasakit sa amin at ang kanyang
habag sa amin
Kung mamumuhay tayo nang ganito
At tinanggap namin ang landas na ito
Maaabot natin ang isang kahanga-hangang kalagayan
Mula sa maliwanag at positibong pag-iisip
At ang pakiramdam ng pagiging malapit sa Diyos
Napakagandang kaso iyan

Naglalaman ito ng kapayapaan, kagalakan, at
kaginhawahan
Kapag nararamdaman ng kaluluwa ang espirituwal na
koneksyon na iyon
Mga agos ng kagalakan ang dumadaloy patungo sa
kanya
Nagmumula sa banal na presensya
Ang Diyos ang siyang magiging pinakamahalagang
katotohanan sa ating pagkatao
Nagiging mas may kakayahan tayong harapin ang mga
pangyayari at mga bagong pag-unlad
Sa pagkakataong iyon, ang pag-ibig ay nagiging
katotohanan
Ang poot ay purong ilusyon
Dahil ang Diyos ay pag-ibig
Walang mahalagang pag-iral
Maliban sa Kanya lamang sa buhay na ito
Mga pangarap at ilusyon
Sa ilalim ng kumot ng mga pag-asa sa lupa, matagal
akong nakahiga
Nanaginip ako na nakaupo ako sa isang maringal at
marangyang trono
Ang aking mukha ay napapalamutian ng isang bouquet
ng mga ngiti
Ngunit ang mga sandali ng tawanan at saya ay hindi
nagtagal
Sa halip, sila ay natuyo at nagkalat nang paisa-isa
Pagkatapos ay nakita ko ang aking sarili na nakabalot sa
mga punit-punit na basahan
At nakaunat sa malupit na bato ng kahirapan
Sa gitna ng matinding paghihirap at pagdurusa
Umiyak ako nang mapait
Pero tumulo ang mga luha ko
At walang titingin o magpapasaya

Ang mundo ay naglakad sa unahan ko at tumingin sa
akin nang may mapangutyang katahimikan
Ang puso ko'y sumisigaw, humihingi ng tulong sa iyo, O
!Diyos

At habang ang aking walang humpay na mga
pagsusumamo ay umaabot sa iyong kaibuturan
Sa wakas ay nagising na niya ako
At dahil sa labis na kagalakan, natagpuan ko ang aking
sarili na ligtas at panatag sa iyong piling
Malayo sa mahigpit na pagkakahawak ng nakalilito at
nakalilitong mga dikotomiya
Panginoon, sana'y gisingin Mo ang lahat ng
sangkatauhan
Mula sa isang mundo ng nakangiting pangarap ng
!kayamanan at umiiyak na kahirapan
Iligtas mo sila, O Tagalikha ng Pangarap, mula sa kakila-
kilabot na bangungot ng kamatayan
At panibaguhin kasama nila ang kamalayan sa
kawalang-hanggan
At pagpalain sila upang kanilang matanto – sa
– pamamagitan ng walang hanggang kapayapaan
Ang mga kakila-kilabot ng panlilinlang sa lupa
!Mga panaginip at ilusyon lamang ang mga iyon
Mga sukdulang inspirasyon

O Banal na Lumikha

O Panginoon ng Sansinukob

**O Ikaw na namamahala at nagpapagalaw sa mga
planeta, bituin, at mga galaksiya**

**Ang iyong makatarungang tuntunin ay nagdidikta
ng pagkakaloob ng malayang pagpapasya at kalayaan
sa pagpili sa iyong mga mamamayan, na tutulong sa
kanila na mapaunlad ang kanilang sarili at mapalapit
sa iyong mga sagradong prinsipyo at mithiin.**

**Ipinagkaloob mo sa amin ang walang hanggang
kalayaan at itinanim sa amin ang mga buto ng**

pangkalahatang kamalayan. Ngunit sa kasamaang palad, ikinulong namin ang aming pangkalahatang kamalayan sa likod ng mga rehas ng pagkamakasarili, poot, makitid na pag-iisip, at bulag na panatismo.

Panginoon, tulungan mo kaming matunaw - sa pamamagitan ng aming mainit na pagmamahal at pang-unawa bilang magkakapatid - ang lahat ng artipisyal at nagyeyelong mga hadlang at balakid sa pagitan namin at ng iba.

Tulungan mo kaming gumamit ng mapagbantay na konsensya at mahusay na pagpapasya sa pagpipigil sa sarili at lumakad nang matuwid sa mga landas ng buhay.

At pagpalain Mo kami upang mapalago ang aming espirituwal na kayamanan at ang aming mahabaging pakikiramay sa pamamagitan ng pagpapalawak ng bilog ng aming pambansang pagmamahal upang maisama ang lahat ng naninirahan sa mundo, anuman ang kulay, uri, kasarian, at paniniwala.

O Panginoon ng Sansinukob, igalang at pahalagahan namin ang kalayaan ng lahat ng taong isinilang na malaya

At pagpalain mo kami upang makabuo kami ng isang nagkakaisang mundo at mahalal ka bilang aming espirituwal na pinuno habang buhay.

Mula sa kaibuturan ng kaluluwa

Panginoon, hayaan mong magliyab ang mga baga ng aking mga pananabik

Ang banal mong presensya ay laging naroon

Nagtayo ako ng templo para sa aking mga hinahangad

Sa bawat isa sa aking mga ideya

Maaari mo ba akong bisitahin?

At ikaw ang umupo sa trono ng pagmamahal ko para sa iyo?!

**Nawa'y sundin ng aking mga iniisip ang iyong
matalinong patnubay**

**Nawa'y ikaw ang maging pinakamalaking
kaligayahan sa buhay ko**

**Mula sa pasukan ng pag-iisip tungkol sa Diyos at
pagninilay-nilay sa Kanya**

**Papasok ako sa Templo ng Napapanatiling
Kapayapaan**

**Ngayon ay sisindihan ko ang isang bungkos ng
mga patpat upang kumatawan sa mga alalahanin at
takot**

**Upang maliwanagan ang templo ng Diyos sa aking
kaluluwa**

**Hahanapin ko ang Diyos sa pag-iisa ng aking
kaluluwa**

**At taimtim akong mananalangin hanggang sa
tumibok ang puso ko sa pagmamahal para sa kanya**

**At nararamdaman ko ang Kanyang tugon sa aking
mga panalangin**

**Oh, kung ang kislap ng aking buhay ay maaaring
humalo sa araw ng Diyos**

**At kumikislap ito sa lahat ng mga matang
nagmamahal sa kabutihan**

**Iwiwisik ko ang mundong winasak ng mga
digmaan**

**Sa mga kaisipan ng kapayapaan at pagmamahal
Papasok ako sa banal na santuwaryo**

**At hinahawakan ko ang kosmikong kamalayan
Sa pamamagitan ng kagalakan ng pagmumuni-
muni at banal na pag-ibig**

**Ang banal na proteksyon ay nakapalibot sa akin
magpakailanman at magpakailanman**

**At ang liwanag ng Diyos ay sumasaakin at
nagpapaalis ng kadiliman sa aking paligid**

**Hangga't lumalakad ako sa Kanyang gabay na
liwanag, hindi ako matitisod**

Hindi ako lilihis ng tamang landas

Mga buhay na emosyon

**O Espiritu ng Pag-iral at Panginoon ng mga
Sansinukob**

**Nasa likod ka ng aking paningin, kung saan
nakikita ko ang iyong maliwanag na kagandahan**

**At sa likod ng aking tainga, kung saan ako
nakikinig sa pinaghalong mga tunog sa lupa**

**Ikaw ang nasa likod ng aking paghawak, na
siyang dahilan kung bakit ko nararamdaman ang mga
bagay-bagay sa iyong mundong lupa.**

**At sa kabila ng belo ng kalikasan na nagtatago ng
iyong magandang mukha**

**Nakikita kita sa nakakaaliw na tingin ng mga
bulaklak**

**At nalalasaan kita sa lasa ng masustansyang
pagkain**

**Ramdam ko ang iyong banal na diwa at ang iyong
walang hanggang tamis**

**Sa lahat ng magagandang bagay at kababalaghan
na umiiral**

**Dalangin ko sa Iyo, Panginoon, at Ikaw ang nasa
likod ng aking nanginginig na tinig**

**At sa likod ng aking isipan, kung saan ako
nananalangin**

**Higit ka sa aking pinakamalalim na
nararamdaman**

**Higit pa sa aking mga sagradong kaisipan at
mithiin at sa aking pananabik para sa iyo**

**Higit ka sa aking mga repleksyon at higit pa sa
aking magiliw na pagmamahal!**

**Oh, kung lalabas ka lang sana mula sa likod ng
mga tabing ng emosyon ng tao**

**At ang nakamamanghang natural na tanawin
Buksan Mo po ang aking mga espirituwal na mata
upang makita Kita nang eksakto kung sino Ka!**

**Ang buhay na walang Diyos ay hindi kumpleto
Kapag tayo ay nakikipag-ugnayan sa Diyos, ang
intuwisyon at pag-unawa ang magbibigay-inspirasyon
at gagabay sa atin sa lahat ng ating ginagawa.**

**Dapat nating may kamalayang taglayin ang
pinagpalang kapangyarihang iyon. Ang
kapangyarihang iyon ay nasa atin; kailangan lang
natin itong tuklasin.**

**Matutuklasan mo na ang kapangyarihang ito ay
gumagana sa lahat ng bagay upang mapabuti ang
iyong mga kalagayan at gawing mas madali ang mga
bagay para sa iyo. Kapag kumonekta ka sa
kapangyarihang ito, ang iyong kagalingan ay puputok
ng kosmikong enerhiya, at ang iyong mga iniisip ay
magiging mas pino, nakapokus, matalas, at
tumatagos. Mapagtatanto mo na ang iyong mga
kaluluwa ay mga sisidlan para sa buhay na
katotohanan ng Diyos at sa Kanyang walang-sawang
karunungan.**

**Ang Diyos ang pinagmumulan ng kalusugan,
kasaganaan, karunungan, at walang hanggang
kagalakan. Kapag tayo ay nakikipag-ugnayan sa
Kanya, ang ating buhay ay nagiging ganap at kasiya-
siya.**

**Hindi kumpleto ang buhay kung wala ang Diyos.
Dapat nating isipin ang kataas-taasang
kapangyarihang nagbibigay sa atin ng buhay, lakas,
at karunungan.**

**Dapat tayong manalangin na ang katotohanang
ito ay dumaloy sa ating mga isipan, ang lakas na ito
sa ating mga katawan, at ang walang hanggang
kagalakang ito sa ating mga kaluluwa.**

**Sa likod ng kadiliman ng mga nakapikit na mata
ay naroon ang mga kamangha-manghang puwersa ng
sansinukob, at lahat ng mabubuting kaluluwa at
mararangal na espiritu**

**At ang walang katapusang lawak ng mga globo ng
kaluluwa**

**Kung magninilay-nilay ka, matatanto mo ang
ganap na katotohanan at makikita mo ang kamangha-
manghang gawa nito sa iyong buhay at sa lahat ng
kahanga-hanga at maluwalhati sa nilikha.**

**Sa mga landas ng pananabik
Tinatawag ako ng Diyos
Sa pamamagitan ng mga bukas na kaluluwa
At mga pusong mababait na puno ng pagmamahal
At puno ito ng pananampalataya
Bawat mabuting gawa na ginawa ng disipulo
Ang kanyang kamalayan ay isang hakbang na mas
malapit**

**Mula sa hangganan ng kosmikong kamalayan
Papasokin mo ako sa loob, Panginoon
Upang masdan ang iyong banal na kagandahan
At mapalad akong makita ang iyong
nagniningning na mga ilaw**

**Kung ang buhay ko ay ginagabayan ng Iyong
banal na karunungan**

**Kaya naman, ang aking mga pagsisikap ay tiyak
na magbubunga ng tagumpay**

**Hindi ako maliligaw
Pagpalain mo ako, O Panginoon, upang maging
malinaw ang aking paningin**

**Ang kaluluwa ko ay nalinis
Pagkatapos ay nakita niya ang araw ng katiyakan
At masaya akong malaman ang katotohanan
Ngayon ay kakalimutan ko na ang mga paghihirap
ko noon**

**Haharapin ko ang kasalukuyan at ang hinaharap
Nang may katapangan at kumpiyansa, sa tulong
ng Makapangyarihan**

**Sisingilin ko ang aking katawan ng kosmikong
enerhiya**

**At hinuhugasan ko ang aking pagkatao gamit ang
nakapagpapagaling na liwanag ng banal na
kamalayan**

**Parang isang kosmikong nebula
Kapayapaan ang pumupuno sa aking kamalayan
At naramdaman niya ang walang hanggang
presensya ng Diyos**

**O Panginoon, liwanagan mo ang aking pang-
unawa**

**Punuin ang aking sisidlan ng pag-iisip
Nang may pag-unawa at kaalaman
Nawa'y sumikat ang liwanag ng iyong pag-ibig
Sa mga landas ng aking buhay
Sa kapuluan ng Blue Islands**

**Mula sa aking balkonahe, tumingala ako
pakanluran, at lumipad sakay ng mga pakpak ng
imahinasyon patungo sa mga baybayin ng malayong
abot-tanaw. Sa aking kanan at kaliwa, nakita ko ang
dalawang hanay ng bundok na agad na naging
mahiwigang kulay lila.**

**Nang muli akong tumingin, isang di-nakikitang
kamay ang bumalot sa kanila sa isang belo ng
malalim na asul. Sa likuran ko ay naroon ang lungsod
ng Guadalajara, naliligo sa takipsilim. Ang silangang
kalangitan ay ngayon ay may bahid ng maputlang
rosas. Sa pagtingin sa unahan, ang aking mga mata
ay natanaw ang isang mahiwagang lungsod ng mga
asul na isla na lumulutang sa isang lawa ng ginto.**

**Sa arkipelagong ito ng mahiwagang asul na mga
isla, isang napakalaking burol ng asul na batong-apog**

ang bumangon, na napapalibutan ng kulay abong-puting mga ulap ng bulkan na nagbubuga ng mga geyser ng nagliliyab na pulang-ginto na lava, na bumabagsak na parang bahaghari patungo sa tahimik na lawa. Matindi at ginintuang apoy ang bumalot sa mga asul na isla sa nagliliyab na mga halo ng liwanag.

Ang bughaw na tuktok at ang nagliliyab nitong korona ay naaaninag na parang kambal sa ibabaw ng tahimik na ginintuang lawa. At sa dulong kanan, isang maliit at payapang lawa ang kumikinang, na nakapuwesto sa dibdib ng isa sa mga bughaw na isla, parang kabilugan ng buwan na lumalangoy sa gitna ng mga alon ng ulap.

Matagal akong naglakbay sa lungsod ng paglubog ng araw at mala-salaming ulap, lumulutang sa ibabaw ng lawa dala ang pinong ginintuang liwanag nito. At kay ganda ng mga ginintuang tubig na iyon na puno ng mga kumpol ng pulang yelo na nakakalat sa lahat ng direksyon hanggang sa gilid ng kawalang-hanggan.

Akala ko mabubuting kaluluwa ang mga nilalang ng liwanag sa mundong ito, at matapos matagumpay na makapasa sa lahat ng pagsubok sa buhay, pinayagan silang magsaya at tuparin ang kanilang mga pangarap ayon sa kanilang nais.

Tuwing paglubog ng araw, pinapalakas ng mga nilalang na iyon ang kanilang mga pangarap sa langit sa mga lungsod na napapalibutan ng mga dagat at lawa ng ginto.

Doon at sa likod ng mahigpit na pagkakahawak ng mga kalungkutan at lampas sa mga patibong ng mundong ito kasama ang lahat ng mga trahedya at sakit nito

Doon, sa kabila ng mga inis, nilalanghap ng mga nilalang na iyon ang mga pulang ilaw, uminom ng

mga sinag ng kahel, lumayo, lumapit, gumala, at lumangoy sa gitna ng mga ilaw na may iba't ibang kulay.

Dito, agad na maisasakatuparan ng mga nilalang na iyon ang kanilang mga pangarap at isasakatuparan ang kanilang mga pantasya ayon sa kanilang naisin, pagkatapos ay maglalaho at maglalaho ayon sa kanilang kagustuhan.

Dito niya tinamasa ang mga kayamanan ng kasiyahan at kasiyahan, at bukas-palad na ipinagkaloob ang mga pangarap ng lahat ng bumisita sa kanya sa kanyang kamangha-mangha at mahiwagang mundo.

Dito, hindi siya obligadong maghintay at maghangad tulad ng mga tao upang matupad ang kanyang mga pangarap at maisakatuparan ang kanyang mga hangarin, ngunit nangarap siya ayon sa kanyang nais at nakamit ang lahat ng mga pangarap at hangarin na iyon sa pamamagitan ng kanyang sariling kagustuhan.

Ang lungsod na iyon na papalubog ang araw sa Isla ng mga Pangarap ay isa sa mga pangarap ko na nanatili sa aking subconscious, at ngayon ay natupad na ito sa lahat ng paraan!

Tunay nga, nakita ko ang mga nakatagong kayamanan at mga kayamanan ng aking kaluluwa, at ang kanilang liwanag ay bumalot sa akin at ang kanilang kinang ay nakasisilaw sa akin!

**Paramehansiat: Mga Saklaw ng Banal na Ekstasi
Ang pagpapakumbaba, O Panginoon, ang pinakatiyak na daan**

**Upang tanggapin ang ulan ng Iyong banal na awa
Ilalagay ko ang aking tiwala sa iyong banal na katarungan at sa mga prinsipyo ng katotohanan**

**Napagtatanto na tumutugon ka sa tawag ng pag-
ibig at mga pananabik ng puso**

**Sa malapit na pakikipagtulungan sa iyong
pangkalahatang kagustuhan**

**At sa aking lubos na pananalig sa iyo
Tatanggapin ko ang iyong tulong at mapalapit sa
iyo**

**Ngayon ay tutuparin ko ang aking tungkulin sa
iyo**

**Gaya ng pagtupad ko sa aking mga obligasyon sa
mundo**

**O Pinakamamahal
Ikaw ang mala-langit na alingawngaw na
umaalingawngaw sa mga santuwaryo ng mga puso**

**At ikaw ang tinig ng mga damdaming hindi
kayang marinig ng mga tainga**

**Ang pagiging pinagpala ng iyong pagmamahal ay
hindi masukat ang laki**

**Mula sa lahat ng makamundong konsiderasyon
At lahat ng kaluwalhatian sa lupa**

**Sa aking lubos na pananalig sa iyo
Nakikita ko ang mga anino ng sakit na naglalaho
at nawawala nang walang balikan**

**Makikita kita, Panginoon, mula sa mga bintana ng
kalikasan at mga pintuan ng kapayapaan**

**Purihin mo kami ng iyong mga pagpapala
At ilubog kami sa mga alon ng Iyong kosmikong
enerhiya**

**Ilayo sa amin ang pagiging makasarili
Na pumipigil sa mga kaluluwa na lumapit
At ang kanilang pagkikita ay batay sa
pagmamahal sa kabutihan at liwanag**

**Hayaan mong diligan ko ang mga bulaklak ng
aking mga pagsusumamo**

Gamit ang tubig ng pag-iisip at pagninilay-nilay sa Iyo, O aking Diyos

Upang ang mga bago at matingkad na bulaklak ay sumibol

**Mula sa inspirasyon, kapayapaan, at kaligayahan
Ang tanging paraan upang maiwasan ang
paggawa ng mali ay ang pagkakaroon ng matalinong
pagpapasya upang makilala ang pagkakamali at
magpasiyang huwag itong gawin.**

Ang isang mali ay hindi nagbubunga ng tama. Ang kamangmangan ang tunay na kaaway ng sangkatauhan at dapat palayasin sa mundong ito. Mayroon tayong lahat ng kailangan natin sa mundong ito upang maghatid ng isang panahon ng kasaganaan, kaligayahan, at perpektong hustisya.

Ang tanging balakid ay ang pagiging makasarili ng tao, na siyang dahilan kung bakit imposible ang ganitong sitwasyon. Ang kakila-kilabot at di-makatwirang pagdurusa ay sanhi ng pagiging makasarili ng tao at ang paghahangad ng sariling interes nang walang pagsasaalang-alang sa iba.

Ang perang maaaring gamitin sa pagpapakain at pagdamit sa mga nangangailangan ay ginagamit na lamang sa pagkawasak at pagwasak. Ang pagkamakasarili na ito, na bunga ng kamangmangan, ang siyang ugat ng mga pandaigdigang problema.

Iniisip ng lahat na ginagawa nila ang tama, ngunit kapag ang sarili lamang nilang mga layunin ang kanilang hinahabol, pinapatakbo nila ang karmic law ng sanhi at bunga, na tiyak na sisira sa kanilang sariling kaligayahan at sa kaligayahan ng iba.

Habang lalo kong nasasaksihan ang mga trahedya sa mundo na dulot ng kamangmangan ng tao, lalo kong napagtatanto na ang kaligayahan ay hindi

magtatagal kahit pa ang mga kalye ay binalutan ng ginto.

Ang kaligayahan ay nakasalalay sa pagpapasaya sa iba, at kung gagawin iyon ng lahat, lahat ay magiging masaya

At lahat ay makakakuha ng kanilang bahagi sa biyaya ng lupa

Dahil tayo ay ipinanganak sa mundong ito kung saan hindi natin alam kung saan nagmula, natural lamang sa atin na magtaka tungkol sa pinagmulan at layunin ng buhay.

Naririnig at nababasa natin ang tungkol sa isang lumikha ng mundong ito, ngunit hindi natin alam kung paano natin siya maaabot. Ang alam lang natin ay ipinapahayag ng buong sansinukob ang pagkakaroon ng kanyang banal na pag-iisip.

Kung paanong ang maliliit at tumpak na mga bahagi at kagamitan ng isang maliit na relo ay nagpapahanga sa atin sa gumagawa ng relo, at kung paanong ang malalaki at masalimuot na mga makina ng isang pabrika ay humahanga at nagpapahanga sa atin tungkol sa kanilang imbentor, gayundin kapag nakikita natin ang mga kababalaghan ng kalikasan, tayo ay namamangha sa katalinuhang nakatago sa likod ng mga ito, at ating itinatanong: "Sino ang nagbigay sa bulaklak ng matingkad na hugis na nakaharap sa araw? Saan nagmula ang bango at kagandahan nito? At paano nabuo ang mga talulot nito nang may ganitong katumpakan at tinina ng ganitong kahanga-hanga at masasayang kulay?"

Sa gabi, ang mga bituin at buwan, na nagkakalat ng kanilang mala-pilak na liwanag sa ating paligid, ay nagbibigay-inspirasyon sa atin na pagnilayan ang kamalayang gumagabay sa mga bagay na ito sa kalangitan sa kalawakan ng kalawakan. Ang banayad

na liwanag ng buwan ay hindi sapat para sa pang-araw-araw na gawain, kaya ang isang matalino at mahinahong isip ay nagmumungkahi ng pahinga sa gabi. Pagkatapos ay sumisikat ang araw, ang maliwanag na liwanag nito ay nagbibigay-daan sa atin na makita ang mundo sa ating paligid nang may kalinawan at katahimikan, at inaako natin ang responsibilidad na tugunan ang ating mga pangangailangan.

May dalawang paraan upang matugunan ang ating mga pangangailangan: ang pisikal na paraan at ang espirituwal na paraan. Halimbawa, kapag lumala ang ating kalusugan, maaari tayong pumunta sa doktor para sa paggamot. Ngunit darating ang panahon na walang doktor o sinuman ang makakatulong, at tayo ay babaling sa pangalawang paraan; sa espirituwal na kapangyarihang lumikha ng ating katawan, isip, at espiritu.

Limitado ang materyal na kapangyarihan, at kapag tayo ay nabigo, bumabaling tayo sa walang limitasyong kapangyarihan ng Diyos. Nalalapat din ito sa ating mga pangangailangang pinansyal. Kapag ginawa natin ang ating makakaya at hindi pa rin sapat ang natatanggap natin, bumabaling tayo sa kapangyarihang iyon.

Iniisip ng lahat na ang kanilang mga problema ang pinakamalala. May mga taong nakakaramdam ng mas matinding pressure kaysa sa iba dahil mahina ang kanilang katatagan. Dahil sa pagkakaiba-iba ng lakas ng pag-iisip ng mga tao, iba-iba ang dami ng enerhiyang ginagamit nila. Kung ang isang tao ay nahaharap sa isang napakalaking kahirapan at mahina ang kanilang isip, hindi nila ito malalampasan. Ang mga may malalakas na pag-iisip ay kayang malampasan ang kanilang mga kahirapan

sa pamamagitan ng pagsira sa mga hadlang at pag-uga ng kanilang mga pundasyon. Gayunpaman, kahit ang pinakamalakas na tao ay minsan ay nahaharap sa kabiguan. Kapag nahaharap tayo sa napakalaking pisikal, intelektwal, at espirituwal na mga problema at paghihirap, napagtatanto natin kung gaano limitado ang puwersa ng buhay sa materyal na mundong ito.

Ang ating mga pagsisikap ay dapat na ilaan hindi lamang sa pagkamit ng mabuting kalusugan at materyal na seguridad, kundi pati na rin sa paghahanap ng kahulugan ng buhay.

Ano ang layunin ng buhay? Kapag nadaig tayo ng mga kahirapan, binabaling muna natin ang ating paligid, sinusubukan ang bawat posibleng materyal na pagsasaayos na sa tingin natin ay magbibigay ng ginhawa. Ngunit kapag narating natin ang isang dead end at sinabing, "Lahat ng aking mga pagtatangka ay nabigo, ano pa ang magagawa ko?" sinisimulan nating seryosong isaalang-alang ang paghahanap ng isang epektibong solusyon sa ating problema. At kapag ang ating pag-iisip ay naging sapat na malalim, matatagpuan natin ang sagot sa ating sarili. Ito ay isang uri ng nasagot na panalangin.

Sa katahimikan ng aking kaluluwa

Hayaan mong makilala kita, Panginoon!

Angkinin mo ako, at hayaan mong maramdaman ko ang iyong walang hanggang presensya

Sa loob ko at sa paligid ko

Sa pag-iisa ng aking mga iniisip, nais kong marinig ang iyong tinig

Ilayo mo sa akin ang malalakas na ingay ng lupa

Nakatago sa aking alaala

Gusto kong marinig ang iyong mahinahon at nakakakalmang tinig

**At ang mang-aawit ay laging nasa katahimikan ng
aking kaluluwa**

**Diyos ko, kung saan Ikaw ay umiiral sa lahat ng
dako**

**Dapat ay naroroon ka
Sa kaibuturan ng aking pagkatao at konsensya
Tulungan mo akong maipakita kahit ang maliit na
bahagi**

**Mula sa mga nakatagong kayamanan sa aking
espirituwal na minahan!**

**O nagliliwanag na liwanag
Gising ang puso ko
Ang aking kalusugang pangkaisipan
Punuin ang aking espirituwal na templo ng iyong
kaluwalhatian**

**O walang hanggang Bituin sa Hilaga!
Saanman ako naglakbay at paano man ako
lumingon**

**Ang magnetikong karayom ng compass ng aking
isipan ay patuloy na nakaturo sa iyo**

**Kung ikaw man ay sinalanta ng hangin ng
kasawian**

**O nabasa ng ulan ng kahirapan at kalamidad
Gayunpaman, ginabayan ang aking isipan
Para laging lumingon sa iyo
Ang aking minamahal na ibon, kumakaway ang
mga pakpak**

**Sa gitna ng mga ulap ng kalituhan
at ang mga bagyo ng kalituhan
Tiyak na hahanapin niya ang daan patungo sa iyo
Noong sinaunang panahon
Sa puso ng eter
Nang tayo ay umiral bilang mga espiritu
Nakatulog kaming lahat
Sa ilalim ng kumot ng banal na pag-ibig**

**At nang tayo'y ginising ng Diyos
Nagmaneho kami palayo sa kanya
Gaya ng sa kwento ng alibughang anak
Nakalimutan na natin ang banal na ugnayan ng
pagkakamag-anak sa pagitan natin**

**Naging estranghero tayo sa isa't isa
At simula nang iwan natin ang ating tahanan sa
langit**

**Tayo ay naging nasa mundong ito
Mga manlalakbay na tumatawid sa mga sulok ng
mundo**

**Tayo'y naglalakad sa mga landas ng tadhana
Sumusobra na tayo
Lumipat kami nang malayo sa aming orihinal na
tahanan**

**Gayunpaman paminsan-minsan
Ang ilang mga lugar, karanasan, at mukha ay
gumigising sa atin**

**Mga nakabaong alaala at malalim na damdamin
sa kalooban**

**Bumubulong siya sa amin
Pakiramdam namin ay nararanasan namin itong
mulí**

**Mga bagay na alam na natin
Nagkikita at nagkakakilala tayo ng mga mahal sa
buhay**

**Malapit kami sa kanila
Sa malayong nakaraan
O Lumikha ng mga sansinukob
Ang iyong liwanag ay sumisikat sa mga dakila
Nawa'y ang kanilang banal na kaalaman ay
magbigay-inspirasyon sa ating pag-unawa**

**Ipaalam sa amin na ikaw ang tunay na layunin
Ang aming pinagsisikapan na makamit
Ang pinakadakilang ambisyon**

**Na ating hinahangad na makamit
Pasiglahin kami ng mabangong simoy ng iyong
presensya**

**Punuin mo kami ng pananabik sa iyong
maluwalhating presensya**

**Nawa'y ang aming pagkatao ay mapangalagaan
ng Iyong banal na karunungan**

**Hayaan mong maramdaman namin ang iyong
banal na liwanag**

Ito ay tumatagos sa bawat aspeto ng ating buhay

At pinapalakas nito ang ating determinasyon

At pinapawi ang ating kadiliman

**At nawa'y yakapin tayo ng kapayapaan
at optimismo**

**At ang pagnanais na gumawa ng mabubuting
gawa**

**Sa Pagitan ng Prinsipe at ng Naliwanagang
Ermitanyo**

**Minsan, isang malupit na prinsipe ang naglakbay
sa pangangaso kasama ang kanyang mga alipin at
tagapaglingkod, kumpleto sa kagamitan at armas.
Pumasok sila sa kalaliman ng kagubatan, humihihip
ng mga tambuli at tumutugtog ng tambol.**

**Matapos mangaso ng ilang ibon, usa, at
mababangis na tigre, napagtanto ng prinsipe at ng
kanyang mga kasama na sila ay naligaw ng landas.**

**Marami silang pagkain ngunit walang tubig. Sa
kabila ng kanilang walang kapagurang paghahanap
ng tubig sa kagubatan, wala silang nakita. Wala
silang masisilungan mula sa mga pag-atake ng
mababangis na hayop sa gabi, habang mabilis na
lumalapit ang dilim.**

**Naglaho ang araw sa paningin, at ang prinsipe, na
nangunguna sa karaban, ay nakarating sa isang luma
at sira-sirang kubo. Pagkababa niya sa kabayo,**

itinulak niya ang hindi nakabukas na pinto at pumasok sa kubo. Madilim ang lahat sa loob maliban sa isang kislap ng liwanag sa isa sa mga sulok nito, at naisip niya nang may kawalan ng pag-asa, "Pati ang kubo ay wala nang tao."

Ngunit dala ng pag-asa, sumigaw siya, "Mayroon bang tao rito?"

Laking gulat niya nang marinig niya ang isang mahinahong boses na mahinahong sumagot sa kanya, na nagsasabing: "Oo, narito ako. Naghahanap ka ba ng tubig?"

Sandaling tumitig ang prinsipe sa kadiliman hanggang sa masulyapan niya ang multo ng isang tao, at namangha siya na alam na ng lalaki ang iniisip nito bago pa man niya ito makilala o makilala.

Tinanong ng prinsipe ang kanyang punong-abala, "Sino ka?" Sumagot ang punong-abala, "Isang kawawang asetiko na deboto sa Diyos."

Nagsindi ang ermitanyo ng lampara at tinawag ng prinsipe ang kanyang mga kasama, at labis silang natuwa nang makahanap ng tubig at prutas sa liblib na kagubatang iyon.

Tinanong ng prinsipe ang ermitanyo, "Hindi ka ba takot sa mga tigre at ahas?"

Sumagot ang ermitanyong sheikh: "Siyempre hindi, ang mga tigre ay mga alagang pusa ko, at ang mga ahas ay mapayapa para sa akin. Kami ay mga magkaibigan na laging nagbababad sa araw ng pag-ibig ng Diyos na sumisikat sa lahat ng bagay sa buhay na ito."

Habang mas tinitigan ng prinsipe ang ermitanyo, siya ay labis na natakot nang makita niya ang isang pares ng kobra na nakasabit sa leeg ng ermitanyo. Nang lumapit siya upang kumpirmahin ang kanyang nakita, ang mga ahas ay sumisitsit at pumiyok,

iginagalaw ang kanilang mga ulo, dahil naramdaman nila ang pangiginig ng takot at ang paghihiganti na nagkukubli sa puso ng prinsipe.

Bukod dito, sa sandaling iyon, isa sa mga tigre sa kagubatan ang pumasok sa kubo at tahimik na humiga sa paanan ng ermitanyo. Matapos itong aliwin at tapikin ng tao ng Diyos ang ulo nito, tahimik na umalis ang tigre, patungo sa puso ng kagubatan.

Naisip ng mayabang na prinsipe, "Ang matandang ito ay tiyak na matuwid at mabait, dahil pinrotektahan niya tayo mula sa mababangis na hayop at nakamamatay na uhaw. Bilang gantimpala sa kanyang ginawa, payayamanin ko siya." Pagkatapos ay kinausap niya ang ermitanyo, na sinasabi:

"O Sheikh, ang iyong mukha ay nagniningning sa kabaitan at katapatan, at pinahahalagahan ko ang lahat ng iyong ginawa para sa akin at sa aking mga kasamahan. Kaya, nais kong ipagkatiwala sa iyo ang isang lihim kung saan ikaw ay yayaman at yayamang. Ang lihim na ito ay aking isiniwalat sa unang pagkakataon, at sa iyo lamang."

Pagkasabi pa lang niya ng mga salitang ito, kumuha ang prinsipe ng bato mula sa ilalim ng kanyang balabal at nagpatuloy sa pagsasalita, na nagsasabing:

"Nais kong ipagkatiwala sa iyo ang kayamanang ito ng pamilya. Ito ang Bato ng Pilosopo, at marahil ay yayaman ka sa paggamit nito. Ang batong ito ay gumagawa ng ginto, at ito ay ibinigay sa aking ama ng isa sa mga dakilang alkemista. May kakayahan itong gawing purong ginto ang lahat ng mahawakan nito. Maaari mong gamitin ang batong ito sa loob ng isang buong taon at gawing ginto ang mga bato, pagkatapos ay ibenta ang mga ito upang makabili ng

isang palasyong ginto. Babalik ako sa iyo pagkatapos ng isang taon upang bisitahin ka at kunin ang aking bato, na itinuturing kong mas mahalaga kaysa sa aking buhay."

Ayaw tanggapin ng ermitanyo ang responsibilidad na iyon, ngunit bilang tugon sa patuloy na panghihikayat ng prinsipe, pumayag siyang itago ang bato ng pilosopo. Nakita ng prinsipe ang ermitanyo na pabaya na inilagay ang bato sa ilalim ng kanyang sinturon (kung saan dating inilalagay ng mga tao ang kanilang pera dahil sa takot sa mga mandurukot!), at pagkatapos ay umalis na ang prinsipe.

Pagkalipas ng isang taon, bumalik ang prinsipe kasama ang kanyang mga kasama, umaasang makakita ng isang kahanga-hangang palasyo sa halip na ang sira-sirang kubo. Ngunit nabigo siya nang makita niyang nakatayo pa rin ang kubo at nasa mas masahol na kalagayan kaysa dati. Kaya bumaba siya sa kanyang kabayo at itinulak ang pinto, sabay sigaw nang buong lakas: "Buhay ka pa ba, ermitanyo?"

Sumagot ang ermitanyo sa malakas at malalim na tinig: "Opo, papuri sa Diyos, O Prinsipe. Maligayang pagdating sa aking abang tahanan."

Agad at walang paunang salita, sumigaw ang prinsipe: "Anong problema mo, pare? Ano ang ginawa mo sa batong pilosopo na iniwan ko sa iyo? Bakit hindi mo ito ginamit para yumaman?"

Nag-isip sandali ang ermitanyo at saka sumagot: "Ano itong batong pilosopo na iyong tinutukoy, at ano ang ibig mong sabihin sa pagsasabing dapat akong yumaman? Sa totoo lang, ayaw kong maging mas mayaman kaysa sa aking kinabukasan."

Kinabahan ang prinsipe, inakala niyang nawala ang bato ng matandang ermitanyo dahil sa kawalang-bahala nito rito, at sinabi niya sa boses na may bahid

ng pagmamakaawa: "Ang ibig kong sabihin ay ang napakahalagang bato ng pilosopo na inilagay mo noong isang taon? [Si Eddie, dala ang iyong sinturon], sabihin mo sa akin kung ano ang ginawa mo rito?"

Sumagot ang ermitanyo: "Tama, ngayon ko lang naaalala ang iyong mahalagang bato. Isang araw, malalim ang aking iniisip tungkol sa Diyos nang ako'y maligo sa ilog, at sa palagay ko ay nadulas ang bato mula sa aking damit at nilunok ng tubig. Nawa'y maging ligtas ka."

Sumigaw ang prinsipe nang buong lakas, "Oh, ang aking kawalan na hindi mapapalitan! Nawala ko na ang lahat!" at halos himatayin sa labis na pagkamangha. Binuhusan ng ermitanyo ng malamig na tubig ang kanyang mukha at muling binuhay siya, habang ang mga tauhan ng prinsipe ay lumapit sa sheikh, ang kanilang mga mata ay nagliliyab sa malisya, sinusubukang saktan siya. Ngunit tumawa ang ermitanyo at sinabing, "Oh, Kamahalan, na may napakataas na katayuan, hindi ko alam na mag-iingay ka nang ganito dahil sa isang bato. Sumama ka sa akin sa ilog, at hahanapin ko ang iyong bato at susubukan kong hanapin ito."

Sumagot ang prinsipe, "Nababaliw ka na ba? Gusto mo bang hanapin ngayon ang batong nahulog mula sa iyo at tinangay ng agos isang taon na ang nakalilipas?"

Ngunit hindi pinansin ng ermitanyo ang kanyang mga salita, at sinigawan siya, na sinasabing: "Munting Prinsipe, hindi na kailangan ang lahat ng kaguluhang ito. Maghintay hanggang sa hanapin natin ang bato sa ilog. Sumama kayo sa akin, lahat kayo."

Para bang nasa ilalim ng isang mahika, ang prinsipe at ang kanyang mga kasama ay tumugon sa

malinaw na pang-akit ng ermitanyo at tahimik na sumunod sa kanya patungo sa ilog. Doon, hiniling ng ermitanyo sa prinsipe na kunin ang kanyang panyo sa kanyang bulsa, hawakan ito sa apat na sulok nito, at ilubog ito sa ilog, habang nagdarasal ng ganito:

"O Prinsipe ng mga Prinsipe, Hari ng mga Hari, at Gumagawa ng lahat ng Bato ng mga Pilosopo, ibalik mo sa akin ang bato ko"

Pagkataas pa lang ng prinsipe ng kanyang panyo mula sa tubig, namangha siya nang makita niya sa kanyang mga mata na hindi makapaniwala ang mahigit dalawampung batong pilosopo, na magkapareho ang katangian ng orihinal na batong nawala niya. Nang subukan niya ang bawat isa, natuklasan niya na ang bawat isa ay kayang gawing ginto ang mga ordinaryong batong pampang. Pagkatapos ay itinali ng prinsipe ang mga bato gamit ang panyo at itinapon ang balot sa ilog.

Sinigawan siya ng ermitanyo at ng kanyang mga kasama, "Bakit mo ginawa iyon?" Ngunit tumingin ang prinsipe sa tao ng Diyos, yumuko sa harap niya nang may paggalang, at nagsabi:

"Gusto ko, ginoo, na makuha ang mayroon ka, ang taong nag-iisip na ang mga bato ay nagpapawalang-halaga sa ginto."

Kaya't iniwan ng prinsipe ang kanyang kaharian sa lupa upang matuto mula sa matalinong matanda kung paano makamit ang kaharian ng espiritu, na hindi sakop ng espasyo at hindi napapailalim sa pagkalipol.

Ang aral ng kuwento ay ang kayamanan sa lupa, gaano man ito kahalaga, ay panandalian lamang at kailangang iwan sa mababang mundong ito kapag ang katawan ay naging isang malamig at walang buhay na bangkay.

Sa halip na gamitin ang batong pilosopo, na sumisimbolo rito sa kakayahang mag-ipon lamang ng panandaliang kayamanan, dapat tayong maging katulad ng asetiko na naglaan ng kanyang oras at kakayahan sa pagtatamo ng banal na kayamanan na hindi mauubos at hindi masisira.

Sinumang makakilala sa Diyos ay magkakaroon ng kayamanang higit pa sa mga pangarap, at kung kinakailangan, ay isusuko ang mga materyal na ari-arian na parang mga bato, sa pag-asang magtamo ng espirituwal na kayamanan at magtamasa ng tunay na kayamanan.

**Sa ating pakikitungo sa iba
Napakahalagang kilalanin at pahalagahan ang
Mga natatanging katangian at marangal na
katangian**

**Na kanilang hinango mula sa kanilang mga
karanasan**

**At hinubog nila ito mula sa kanilang sariling
pagkatao**

**Kung pag-aaralan natin ang mga taong bukas ang
isipan**

**Maiintindihan natin sila at mahaharap natin sila
nang komportable**

**Magagawa rin natin agad
Ang pag-alam sa katangian ng taong ating
kinakaharap**

**Huwag makipag-usap sa isang pilosopo tungkol sa
karera ng kabayo**

**Huwag makipagtalo sa isang siyentipiko tungkol
sa organisasyon ng tahanan**

**Alam ko kung ano ang interesante sa tao at kung
ano ang nakakakuha ng kanilang atensyon**

**At sinabi niya sa kanya ang tungkol sa paksang
iyon**

**Hindi naman kinakailangang tungkol sa mga
bagay na interesado ka**

Kung gusto nating intindihin ang iba

**Dapat nating iwasan ang pagpuna at pagkondena
sa kanila**

**Sa halip, dapat tayong tumingin sa salamin ng
ating sariling pag-unawa**

**Para malaman kung ano ang kailangang ayusin at
pagbutihin?**

Ibang-iba ang sikolohikal na salamin na iyan

**Tungkol sa pamilyar na salamin na tinitingnan
natin tuwing umaga**

**Araw-araw kong tinitingnan ang sarili kong
salamin**

Kung may makita akong hindi ko gusto

**Sinisisi ko ang sarili ko at nagsusumikap na itama
ito**

**Sa ganitong paraan, nakikita ng isang tao ang
kanyang imahe**

**Nakikita sa tunay nitong anyo sa salamin ng
kanyang kaluluwa**

At ito'y umuunlad araw-araw

**Sa daan patungo sa kaligayahan at kapayapaan
ng isip**

Pagpalain ka nawa ng Diyos

Sumainyo ang kapayapaan

Network ng mga Pananabik

**Narito ako, inihahagis ang lambat ng aking mga
pananabik**

Sa malawak na karagatan ng aking mga iniisip

**Madalas mo akong natatakasan, O mahalagang
banal na biktima!**

**Gayunpaman, patuloy akong sumisid sa
kaibuturan ng kapayapaan**

**At walang tigil, isa-isa kong inihahagis ang mga
lambat ng aking pag-ibig patungo sa iyo**

**Balang araw, mahuhuli kita sa lambat ng aking
walang katapusang pananabik para sa iyo**

**Inihahagis ko ang lambat ng aking pag-ibig kahit
saan**

**Sa ibabaw ng magulong alon ng buhay
At tungkol sa mga kumikislap na bituin
At sa kaibuturan ng mabubuting kaluluwa
Ang alam ko lang ay isa akong mangangaso
At patuloy akong magsisikap na mahuli ka
O pinakamamahal na hiling at pinakadakilang
kayamanan sa buhay!**

**Hinihiling ko sa Kanya na punitin ang mga
lambong ng kamangmangan at iwaksi ang kadiliman
ng ilusyon, at maging pinakadakilang ambisyon sa
iyong buhay at pinakamalakas na pananabik sa trono
ng iyong mga pagnanasa, at tulungan kang baguhin
ang panghihina at pagpapaliban tungo sa isang
espirituwal na aktibidad na puno ng kagalakan,
pagpapanibago, at sigasig. Hinihiling ko sa Kanya na
bigyan ka ng maiinom mula sa alak ng banal na pag-
ibig hanggang sa ikaw ay malasing, at dalawin ka ng
isang banal na pagbisita kung saan mayroong
kapanatagan, at hugasan ang iyong puso ng mga
tubig ng pag-ibig at pasasalamat, at liwanagan ang
iyong pagkatao ng mga lampara ng katiyakan, at
tunawin ang iyong mga pangarap sa katotohanan ng
Kanyang pinagpalang dagat, at nawa'y matagpuan
mo sa Kanya ang kasiyahan at kasiyahan, upang ang
katahimikan ay manahan sa iyong kaluluwa at ang
mga pagpapala ng langit ay bumaba sa iyo.**

**Ang katahimikan ay nangangahulugang
nakakakalmang mga kaisipan**

Pagpapakalma ng katawan at pagkontrol sa mga pangangailangan nito

Sinumang makakagawa niyan ay makakaranas ng nakakapreskong katahimikan

Makakaramdam siya ng mga kahanga-hangang alon at impresyon mula sa mga pinong mundo

At sinumang sumisid nang mas malalim sa katahimikan, kung gayon

Matutuklasan niya ang kaharian ng Diyos sa loob niya

**Hangga't ang isang tao ay naglalakad sa kalsada
Napakahalaga ng bawat sandali ng kanyang oras
Nandito kami sa lupang ito (ang bahay-daan)**

nang maikling panahon

Lahat ay panandalian, ngunit ang damdamin ng Diyos ay nananatili

**Walang makakabura nito sa puso't kaluluwa
Huwag nating hayaang maimpluwensyahan tayo
ng mga tukso ng mundong ito**

Sa pamamagitan ng pagtalikod sa atin mula sa ating pinakadakilang layunin at pinakamataas na mithiin: ang Diyos

**Posible ang pagkilala sa Diyos
Kailangan nating mahanap ang panginoon ng mga sansinukob**

**Mula kaninong liwanag kumikislap ang mga bituin
At sa Kanyang kapangyarihan, tumitibok ang mga puso**

Kailangan natin siyang hanapin sa Templo ng Katahimikan

Kapag tayo ay tumatawag sa Diyos nang may pananabik at pananabik

At kapag iniisip natin siya nang may nag-aalab na pananabik

Hahanapin natin siya

**Hindi ko tinutukoy ang isang hindi kilalang diyos
Bagkus, ito ay tungkol sa isang Panginoong aking
nakilala**

**At totoo ito para sa akin
Ito ay mas totoo kaysa sa lahat ng pisikal na
bagay**

**Ito ang banal na dagat na siyang sumusuporta at
nagpapatatag sa mga alon ng ating buhay bilang tao**

**Kaya natin kahit wala ang lahat
Maliban sa Diyos
{Napakadakila ng Diyos, ang Soberano, ang
Katotohanan}**

**(Mapalad ang mga may malinis na puso, sapagkat
makikita nila ang Diyos)**

**Natural lang sa isang tao na makaramdam ng
pangangailangang magmahal at mahalín, ngunit ang
pananabik na ito ng puso ay sa huli ay ang
pinagmumulan ng pag-ibig na iyon, na siyang Diyos.**

**Ang pag-ibig ng tao ay nakabatay sa maraming
inaasahan, kalkulasyon, at subhetibong
konsiderasyon, samakatuwid walang garantiya ng
pagiging permanente nito dahil ito ay nakatali sa mga
kundisyon.**

**Ang banal na pag-ibig, gayunpaman, ay walang
kondisyon, palagian, at walang hanggan. Kung aantig
nito ang iyong puso, matatagpuan mo ito sa iyo
magpakailanman.**

**Sa lahat ng pagkakataon, mararamdaman mo ito
bilang isang pinagmumulan ng proteksyon at
katiyakan, kahit sa gitna ng kahirapan at paghihirap.**

**Sa gitna ng paghihirap at matinding pagsubok
Maaaring iwan ka ng lahat, ngunit ang sagradong
pag-ibig na iyon ay hindi ka iiwan, hindi ka bibiguin,
at hindi ka iiwanang biktima ng mga alalahanin at
ilusyon, dahil ito ay isang puwersang pananggalang**

at isang gabay na liwanag mula sa langit sa gitna ng mga liku-likong at pagbabago ng buhay.

Kapag ang pag-ibig ng tao ay puno ng banal na pag-ibig, ito ay nagiging dalisay at malinaw. Ngunit kung ihihiwalay mo ang batis, na siyang pag-ibig ng tao, mula sa bukal, na siyang banal na pag-ibig, ito ay hihinto sa pag-agos at mawawala sa buhanginan ng mundo.

Hangga't ang pag-ibig ng tao ay konektado sa banal na pag-ibig, pinapalambot nito ang puso, pinapaginhawa ang konsensya, at dinidiligan ang mga hardin ng kaluluwa ng tubig ng buhay.

Pag-ibig: Isang pampasigla ng kalooban

Lahat ng ginagawa ko, ginagawa ko nang may buong pagmamahal sa puso ko

Kung susubukan mo, matutuklasan mong hindi ka makakaramdam ng pagod

Dahil ang pag-ibig ang pinakadakilang pampasigla ng kalooban, at ang isang kalooban na nasa ilalim ng impluwensya ng pag-ibig ay nagtataglay ng pambihirang kapangyarihan upang gawin ang mga bagay na maaaring tila imposible sa ilan.

Sa mga landas ng espirituwal na kamalayan

Atraksyon at ang kabaligtaran na kasarian

Dapat malinis, maayos, at maayos ang personal na anyo

Hindi masama na magmukhang kaakit-akit ang isang tao

Hangga't ang apela na iyon ay napapailalim sa mabuting panlasa

Ngunit mali para sa isang tao na sadyang gumamit ng sekswal na atraksyon

Para maakit ang kabaligtaran na kasarian

Ang atraksyon sa pagitan ng isang lalaki at isang babae ay dapat magmula sa kaluluwa

Ang mga may pagpipigil sa sarili

Hindi nila ipinagmamalaki ang pagiging mga simbolo ng kasarian

Mas malaki ang tsansa nilang makaakit ng tamang kapareha sa buhay

Sa matagumpay na mga relasyon sa pag-aasawa

Pag-ibig ang inuuna, hindi ang seks

Ito dapat ang maging ideal at pamantayan

Sa ilang mga bansa, hindi nagaganap ang halik o matalik na pakikipag-ugnayan

Sa pagitan ng mga binata at babae bago ang kasal

Kapag ang dalawang tao ay nakakaramdam ng walang kondisyong atraksyon

patungo sa isa't isa

Handa silang isakripisyo ang isa't isa

Ang tunay na pag-ibig ay tunay

Saka lamang sila magiging karapat-dapat para sa isang matalik na relasyon sa loob ng kasal.

Walang silbi ang pagiging mapagmataas

Kapag sinusubukan ng isang asawa na kontrolin ang isa pa

Ito ay patunay ng kawalan ng pagmamahal

Pero kapag ipinapahayag nila ang kanilang pagmamahal

Nang may taos-puso at palakaibigang interes

At maingat na pagsasaalang-alang sa mga nararamdaman

At isang taos-pusong pagnanais na mapasaya ang iba

Ang pag-ibig ay nagkakaroon ng isang kahanga-hangang katangian

At sa ganoong relasyon

Nakakatanggap tayo ng sulap sa banal na pag-ibig

Ang buhay na walang pang-unawa ay espirituwal at materyal na pagpapakamatay

**Mapalad ang mga may pang-unawa
Ito ang pinakamalaking pangangailangan sa espirituwal na landas**

**At sa mga landas ng buhay
Ang pag-unawa ay parang flashlight
Ito ang nagbibigay-liwanag sa landas ng tao at nagdudulot sa kanya ng tagumpay**

Bago maabot ng isang tao ang tunay na layunin sa buhay

Dapat niyang taglayin ang mahalaga at mahalagang kakayahang iyon

Kaya naman, hindi dapat hayaang mabulag siya ng hindi pagkakaunawaan

Dahil ito ay espirituwal at pisikal na pagpapakamatay

Ang pag-unawa ay dapat maging gabay sa bawat sitwasyon

Kahit gaano pa kahirap ang mga karanasang ating pinagdadaanan

**Dapat tayong magkaroon ng tamang pag-unawa
Hindi tayo sinasaktan o pinahihirapan ng Diyos
Tayo mismo ang tumutulong o nananakit sa ating sarili**

Sa pamamagitan ng ating pag-unawa at pag-unawa

O ang ating hindi pagkakaunawaan at kawalan ng pagkakaintindihan

Dapat tayong manalangin sa Diyos upang magkaroon ng pang-unawa

Kahit ano pa man ang mga karanasang ibinabahagi sa atin

**O ang mga sitwasyong ating pinagdadaanan
Tanging ang pag-unawa ang magpoprotekta sa
sangkatauhan**

**Kapag ang aking mga karanasan ay nagiging mas
matindi at mas malala**

**Ang una kong pagtatangka ay ang maghanap ng
pag-unawa sa loob ko**

**Hindi ko sinisisi ang mga pangyayari o
sinusubukang itama ang iba**

**Pero papasok muna ako sa loob
Sinusubukan kong linisin ang aking espirituwal na
kuta**

**At pag-alis ng anumang bagay na maaaring
humarang sa panloob na liwanag**

**O pinipigilan nito ang mga kapangyarihan ng
kaluluwa na maipakita**

**O pinipigilan siya nito na ipahayag ang kanyang
sarili**

**Iyan ang paraan para mabuhay nang matagumpay
Ang pagtakas sa mga problema ay maaaring tila
ang pinakamadaling solusyon**

**Ngunit ang isang tao ay nagkakaroon ng lakas
kapag nakikipaglaban siya sa isang malakas na
kalaban**

**Ang mga taong walang pinagdadaanang
kahirapan ay hindi lumalago at ang kanilang
determinasyon ay hindi lumalakas**

**Nawawala ang takot kapag tayo ay may pag-
unawa**

**Ang pag-unawa ay nagbibigay ng seguridad at
proteksyon**

**Ang dami kong naranasan sa buhay
At ang pinakamahirap sa mga karanasang iyon ay
sa mga taong**

Mali ang pagkakaintindi nila sa akin

**Nakita ko na ang mga taong minahal ko
Mga taong ibinigay ko ang puso ko
Hindi nila ako nauunawaan at tinalikuran nila ako
Pero hindi iyon nagdulot ng sama ng loob sa akin
Dahil ang pait ay nagpapadilim sa pag-unawa
Hindi ko hahayaang masaktan ang sarili ko
Dahil sa hindi pagkakaintindi sa akin ng iba
Sa halip, sinusubukan ko
Tulungan sila kung sila ay malugod na
tumatanggap
Magpadala sa kanila ng mabuting hangarin
At mabuting hangarin
Kapag tahimik kang nakaupo
Ang iyong isipan ay magiging malaya mula sa
anumang pressure
Mag-isa kasama ang iyong mga iniisip at lumayo
sa mundo at sa mga hinihingi nito
Gamitin ang iyong isip nang may konkretong
paraan sa bawat sandali
Ang mga dakilang bagay ay unang nalilikha sa
isipan
Kaya naman pinapanatili kong aktibo ang aking
isipan sa lahat ng oras
Sa sandaling dumating ang pagkakataon
Agad kong pinapagana ang kanyang malikhaing
kapangyarihan at lumalabas ang mga resulta
Subukang gumawa ng isang bagay na malikhain
araw-araw
Upang mapabuti ang iyong mga kalagayan at
makontrol ang iyong kapalaran
Sa halip na hayaan siyang kontrolin ka
Maaaring mapabuti ang kalusugan
O kaya naman ay ang pagbuo ng mabubuting
gawi**

**O pagkamit ng materyal at espirituwal na
tagumpay**

**Sa pamamagitan ng maingat na pagtutuon sa
bawat isa**

Sa isang pagkakataon

Lahat ng gusto kong makamit sa buhay na ito

Nagawa ko itong makamit

Ang materya ay produkto ng isip

**Samakatuwid, walang mga sikolohikal na
limitasyon para sa isip**

Kung kaya mong kontrolin ang isip mo

Ang buong mundo ay maaakit sa iyo

Nakuha ko lahat ng gusto ko

**Ito ang aking pinakadakilang hangarin noon at
hanggang ngayon**

Ang espirituwal na kaligayahan ay nasa Diyos

**Natupad ang aking hiling at hindi maipaliwanag
ang aking kaligayahan**

**Hindi dapat makaramdam ang isang tao na
parang bigo, walang pag-asa, at miserable**

**Kaya niyang kontrolin ang kanyang kapalaran sa
pamamagitan ng pagkontrol sa kanyang mga iniisip**

**Gawin ang mga kapaki-pakinabang at mabubuting
bagay na balak mong gawin**

**Taglay niya ang panloob na disenyo na naging
mahalaga sa pagtataguyod ng positibong pagbabago.**

Mababago mo ang iyong kapalaran

At pagbutihin ang iyong kalagayan sa buhay

Sa tulong Niya, Siya'y dakilain

Parang simoy ng hangin na nagmumula sa paraiso

**Dapat suriin ng disipulo ang kanyang sarili araw-
araw**

**Para malaman kung nagagawa niya ang
progresong inaasam niya**

**Kapag natututo tayong suriin ang ating mga sarili
nang walang kinikilingan**

**Makikilala natin ang ating sarili at ang iba
Siya na nabubuhay sa mundong ito nang may
pag-unawa at iniwan ito nang may kamalayan**

**Makakatagpo siya ng imortalidad
Sinisikap kong buuin ang buhay ng aking mga
alagad**

**At ituon ang kanilang mga iniisip patungo sa
pinagmumulan ng kaligayahan at sa pinagmumulan
ng liwanag**

**Kaya nga una kong pinagtutuunan ng pansin ang
espirituwal na aspeto**

**Nang hindi napapabayaan ang materyal na aspeto
ng buhay**

**At nais ko ang mga nagnanais na makilala ang
Diyos sa puso at kaluluwa**

**Dahil ang Diyos ay hindi makikilala sa
pamamagitan ng mga intelektuwal na debate**

**O sa pamamagitan ng pakikinig sa malakas at
madamdaming mga sermon**

**Na lumilikha ng panloob na pagkabalisa sa
kaluluwa**

**Ang dala-dala ko sa aking kaluluwa ay lubos na
sagrado para sa akin**

**Hindi ako makapagsalita nang basta-basta
Ang sinasabi ko lang ay ang mga nasubukan at
napatunayan ko na.**

**Sa pamamagitan ng kaalaman sa sarili at mga
karanasan sa buhay**

**Dahil dito, ang mga turong ito ay totoo para sa
akin**

**Hindi ko sinusubukang mangaral, kundi ipakilala
ang mga katotohanang iyon**

**Na aking nakalap mula sa hardin ng aking
personal na karanasan**

**Parang simoy ng hangin na nagmumula sa paraiso
Dala ang halimuyak ng katotohanan
Mula sa mga Hardin ng Walang Hanggan
Wala akong hinihingi para sa sarili ko
Ang tanging hiling ko lang ay maibigay sa iyo
Ang makalangit na halimuyak na iyon
At pagkatapos noon ay iiwan ko ang mga
baybayin ng mundo**

**Upang muling bumalik sa kosmikong puso
At ang ibibigay ko sa iyo ay gusto kong
maranasan mo mismo**

**Sa pamamagitan ng iyong sariling pagkakaisa sa
Diyos**

**Iyan lang ang tanging hiling ko
Mga Susi sa Kasaganaan
Sinumang nagnanais na iayon ang kanilang mga
iniisip sa banal na kasaganaan**

**Kailangan niyang bunutin ang lahat ng damo ng
kakapusan at kahirapan mula sa lupa ng kanyang
isipan**

**Ang pangkalahatang kaisipan ay perpekto at hindi
nakakaalam ng pangangailangan o karamot**

**At sinumang nagnanais na makiisa sa kosmikong
imbakan na iyon**

**Dapat siyang lumikha ng kamalayan sa
kasaganaan at kasaganaan**

**Kahit hindi niya alam kung saan manggagaling
ang susunod na pagkain**

**Dapat nating isipin ang banal na kasaganaan
bilang isang nakakapresko at masaganang ulan**

**Pantay-pantay itong nararanasan ng lahat
Kung may magbubuhay ng tasa, mapupuno ang
tasa niya**

**At kung maglalagay ka ng isang malaking palayok
(o lalagyan) sa ilalim ng ulan**

**Natatanggap nito ang kabuuan nito bilang isang
dalisay at pinagpalang ulan**

**Anong sisidlan ang ginagamit natin upang
matanggap ang kasaganaan ng langit?**

**Ang lalagyan na gusto mong punan ay maaaring
may mga depekto at butas**

**Samakatuwid, dapat itong ihanda at gawing
angkop upang matanggap ang pinagpalang daloy
Ito ay naaangkop din sa mga tao**

**Kung ang sisidlan ng katwiran na nagtataas sa
kanya patungo sa kabang-yaman ng langit ay
nagdurusa sa mga karumihan**

**Dapat itong ayusin at gawing madaling
tumanggap upang matanggap nito ang masaganang
mga biyaya.**

**Ang kamalayang iyan ay kailangang ayusin at
itama**

**Sa pamamagitan ng pagpapalaya sa kanya mula
sa lahat ng takot at pagdududa**

**Inggit at poot at linisin ito gamit ang tubig na
nagpapadalisay**

**Tubig ng kapayapaan, katahimikan, katapatan, at
banal na pag-ibig**

**Ang buong mundo ay tumatabi upang magbigay
daan**

**Para sa taong alam ang kanyang patutunguhan
Nagsisimula siyang maglakbay patungo rito nang
may determinasyon ng isang naghahanap**

Mga Susi sa Kasaganaan

Panloob na Kultura ng Silangan-Kanluran

Kung mayroon kang malakas na pag-iisip

**At itinanim niya sa kanya ang isang matatag na
paninindigan**

**Kaya mong kontrolin ang iyong kapalaran
Subukan mo munang subukan ang lakas ng iyong
pag-iisip sa maliliit na bagay**

**Pagsikapan mong palakasin ito upang makagawa
ito ng maraming magagandang bagay para sa iyo**

**Naranasan ko na ito sa buhay ko at nagsasalita
ako nang may pananalig**

**Ang kapangyarihang makamit ang tagumpay ay
nasa isip**

**Malalaman mo ang katotohanang ito kung
mananatili kang matatag sa iyong paniniwala**

**Sa harap ng mga pagdududa ng mundo at mga
panghihina ng loob ng mga taong pinanghihinaan ng
loob**

**Pumili ng isang partikular na libangan o proyekto
na hindi iisipin ng iba**

Na magagawa mo ito nang matagumpay

Magtiyaga ka hanggang sa makamit mo ito

Magsimula sa mga katamtamang layunin

**Ang iyong mga kakayahang pangkaisipan ay unti-
unting lalago**

Hanggang sa makamit mo ang iyong layunin

**Kinakategorya ka ng mundo at ng iyong pamilya
sa isang partikular na paraan**

**Ngunit magtrabaho nang may katalinuhan at
patuloy**

Sa epektibong pagbabago

Walang limitasyon sa kapangyarihan ng isip

Tumutok sa ideyang ito

Punuin ang iyong isipan ng pagnanais na makamit

**At ang determinasyon na gumawa ng positibong
gawain**

Tungo sa pagkamit ng iyong mga layunin

**Patuloy na itulak ang iyong pag-iisip tungo sa
mas matataas na tagumpay**

**Nakamit ang espirituwal na kayamanan
At lahat ay magiging kayamanan at kasaganaan
Sa iyong utos at sa iyong paglilingkod
Ang buhay ko ang nagpapatunay niyan
Sino ang mga tunay na masayang tao?
Dapat matutunan ng mga tao ang altruismo
Paghahanap ng kaligayahan sa pamamagitan ng
pagpapasaya sa iba
Ito ay isang tunay at marangal na layunin para sa
mga nagmamahal sa Diyos
Ang pagbibigay ng kaligayahan sa iba ay
mahalaga sa ating sariling kaligayahan
Ito ay isang pagsubok na puno ng kasiyahan sa
sarili
May mga taong puro pamilya lang ang iniisip at
walang pakialam sa iba
Ang iba ay sarili lang nila ang iniisip at wala nang
iba
Ngunit ito ang mga taong hindi nakakatikim ng
kaligayahan
Hindi tama na hanapin ang personal na
kaligayahan
At hindi pinapansin ang kaligayahan ng iba
Isang taong kumukuha ng pera ng iba para sa
kanilang sarili nang walang anumang konsensya
Maaaring yumaman siya, ngunit tiyak na hindi
siya magiging masaya sa kanyang buhay
Dahil ang kanilang mga iniisip na sama ng loob at
kawalang-kasiyahan ay papaligiran siya at aalisin ang
kanyang kapayapaan ng isip.
Kapag ang isang tao ay sinusubukang pasayahin
ang kanyang sarili sa kapinsalaan ng iba
Susubukan ng lahat na pasayahin siya
Pero kung susubukan niyang magpasaya ng iba**

**Kahit na isinasakripisyo ang sarili niyang
kaginhawahan**

**Maaalala siya ng lahat nang may pagmamahal at
hangad ang kanyang tagumpay**

**Kapag iniisip natin ang ating sariling mga
pangangailangan**

**Dapat din nating isaalang-alang ang mga
pangangailangan ng iba**

**Kapag nagmamalasakit tayo sa kanilang mga
gawain, gusto natin silang tulungan at pasayahin**

**Ang taong altruistiko ay namumuhay nang may
pagkakaisa at kasiyahan sa kanyang sarili**

**Kasama ang kanyang pamilya at ang mundong
nakapaligid sa kanya**

**Samantalang ang taong makasarili ay laging
nasasangkot sa gulo**

Nawawala ang kanyang kapayapaan ng isip

**Ang kwento ng batang makulit na sumailalim sa
espirituwal na pagbabago**

**Noong ako ang nangangasiwa sa aking paaralan
sa Ranchi, India, may dinala sa akin na isang batang
lalaki na mas matanda pa sa karaniwang edad ng mga
estudyante. Sinabi ko sa kanyang mga magulang na
nagdala sa kanya na tumatanggap ako ng mga batang
lalaki na wala pang labindalawang taong gulang,
ngunit tatanggapin ko siya kung magaling siya.**

**Kinausap ko ang bata nang taos-puso, at sinabi sa
kanya:**

**"Naninigarilyo ka, pero ayaw ng mga magulang
mo na manigarilyo ka. Nagtagumpay ka nang sumira
sa testamento ng mga magulang mo, pero hindi ka
nagtagumpay na alisin ang iyong kalungkutan, at mas
lalala ang iyong kalungkutan kung ipagpapatuloy mo
ang mapaminsalang bisyong ito."**

Tumama ang mga salita ko sa kanya, at nagsimula siyang humagulgol, sabay sabing, "Palagi nila akong binubugbog"

Kaya sinabi ko sa kanya: "Isipin mo ang ginawa mo sa iyong sarili! Gayunpaman, tatanggapin kita bilang isang disipulo sa isang kundisyon: na maging kaibigan mo ako, hindi isang tagapagsumbong laban sa iyo. Hangga't tapat ka sa pagwawasto ng iyong mga pagkakamali, makakatulong ako sa iyo, ngunit kung magsisinungaling ka sa akin, wala akong gagawin para sa iyo dahil ang pagsisinungaling ay sumisira sa pagkakaibigan. Maaari mong itago ang katotohanan, ngunit mag-ingat sa pagsisinungaling."

Tinanggap ko siya bilang estudyante at sinabi ko sa kanya, "Sa tuwing gusto mong manigarilyo, dadalhan kita ng sigarilyo"

Lumapit siya sa akin minsan at sinabing: Nakakaramdam ako ng matinding pagnanais na manigarilyo (pagnanasa hanggang sa punto ng kamatayan)

Iniabot ko sa kanya ang pera, at hindi siya makapaniwala sa nakita niya. Sabi niya, "Itago mo na lang ang pera," at nagbago nga ang isip niya.

Marahan ko siyang hinimok na bumili ng tabako, ngunit hindi niya ginawa. Sa halip, sinabi niya:

"Maaaring hindi ka maniwala sa akin, pero tuluyan ko nang nawalan ng gana na manigarilyo."

Bilang resulta, at sa pamamagitan ng karagdagang edukasyon at pagpipino, siya ay naging mabuting tao at ang kanyang espirituwalidad ay naging napakalinaw.

Sa wakas, nagising ko ang kanyang espirituwal na kamalayan

Ang mga palatandaan ng espirituwal na kamalayan ay makikita at mararamdaman sa

pamamagitan ng sariling pagsisikap na sumalungat sa agos ng luma at maling gawi tungo sa tunay at pangmatagalang kaligayahan.

Maaari kang makabasa o makarinig tungkol sa isang taong naghahangad ng isang bagay at patuloy na nagsisikap hanggang sa huli, ngunit kakaunti lamang ang gumagawa ng ganitong patuloy na pagsisikap.

Gayunpaman, kayang magsikap ang isang tao hanggang sa bumuti ang kanyang sitwasyon, kahit na ang kanyang mga pagkakamali ay kasinglalam ng dagat.

**Nag-iisa akong naglakbay sa dalampasigan
At nakita ko ang mga humahampas na alon na umuugong nang may malakas na ingay**

Ipinapahayag ang iyong mabagyong buhay sa gitna ng rumaragasang alon

**Ang nakakatakot at marahas na paglawak
Pinanginig ako nito at inilayo mula sa matinding poot ng kalikasan**

Habang tumitingin ako sa paligid, nakita ko ang isang malilim na puno na kumakaway sa akin ng magiliw na mga braso

Nakakaaliw na may mabait at kahanga-hangang hitsura

Ang mga dahon nito ay sumasabay sa ritmo ng simoy ng hangin

Isang magiliw na mensahe ang ipinarating sa akin, na alam kong galing sa iyo

Ibinaling ko ang aking tingin sa walang hanggang kalangitan

At sa madilim nitong puso, sinubukan kong parang bata na sulyapan ka

Hinanap ko ang iyong katawan na nakatago sa likod ng mga ulap ngunit walang saysay

**At ang pagtalsik ng bula at berdeng dahon, dahil
masyadong banayad para makita ng aking mga mata**

**Masyadong dalisay ang iyong boses para marinig
ng aking mga tainga**

Gayunpaman, alam kong napakalapit mo

**Ngunit ikaw, mahal kong kaluluwa, ay nalalayo -
na parang nasa laro ng taguan -**

**Sa bawat paglapit ko sa'yo, sinusubukang saluhin
ka**

Hinanap kita at naghanap ng daan patungo sa iyo

**Sa pamamagitan ng pagtatago ng kamangmangan
na kasingtanda na ng panahon mismo**

**Sa wakas, tumigil na ako sa paghahanap sa iyo
nang may kawalan ng pag-asa at kawalan ng pag-asa**

**O ikaw na bihasa sa pag-iwas sa mga humahabol
sa iyo!**

Nawala ako sa mga labirinto ng kalawakan

**Kung saan wala nang pag-asang mahuli ka o
matitigan ang iyong mukha**

**At dali-dali akong tumalikod sa iyo, at walang
sumagot mula sa maunos na dagat!**

Mga bulong lamang mula sa mabuting puno

**At katahimikan mula sa walang hanggang
kalawakan**

**Mula sa malalalim na lambak at mga taluktok ng
bundok**

**Lahat ng ito ay nasaktan ako hanggang sa
kaibuturan ng aking pagkatao**

**Parang isang batang nasaktan ang damdamin,
ako'y naglaho at tumigil sa paghahanap sa iyo**

Ngunit bigla at hindi inaasahan

**Isang di-nakikitang kamay ang nag-abot at inalis
ang makapal na tabing**

**Sino ang nagtago sa iyo mula sa akin nang
matagal na panahon**

**Nang may pinakamalaking kasiyahan
Lumington ako at nakita ko ang tumatawang
dagat, hindi ang galit na ungol
At isang masayang mundo
At ang mga ethereal na pinto ay bumubukas,
kung saan dumadaan ang hamog ng mga pangarap
At sa tabi ko ay nakatayo ang isang mahal at di-
nakikitang nilalang
Bumulong siya sa akin ng isang bulong na may
sukdulang tamis at kadalisan:
"Maligayang pagdating, maligayang pagdating!
Gusto mo akong pumunta, kaya narito ako!"
Mga Bulong Mula sa Kawalang-Hanggan
Dahil ang pagpapasalamat sa Diyos ay
nangangahulugan ng pagmamahal sa Kanya
Hangad naming mapalapit sa kanya at makilala
siya nang lubusan
Dahil Siya ang pinakabukas-palad na banal na
tagapagbigay ng lahat ng mga regalo at regalo
Nangangahulugan ito ng pamumuhay nang may
pagkakaisa at pagkakaisa bilang isang mapagmahal
na pandaigdigang pamilya
Kami ay nauudyukan ng mga ideya ng
paglilingkod sa isa't isa at palakaibigang
pagmamalasakit sa iba
At upang mapagtanto na ang Diyos ang
pinakamataas na pinuno ng mundong ito
At na magsisikap tayong itaas ang kamalayan
mula sa siksik patungo sa banayad
At mula sa nakakulong na pag-iisip patungo sa
makitid at makasariling mga interes
Upang mapalawak ang bilog ng pakikiramay ng
tao**

**At magsumikap sa pagbuo ng isang mundong
pinangungunahan ng pagmamahal sa kabutihan at
diwa ng altruismo**

**Sa ganitong paraan, maipapahayag natin ang
ating pasasalamat sa Diyos**

Para sa buhay na ito na ipinagkaloob Niya sa atin

At sa pagkakataong ibinigay niya sa atin

Para masubukan ang tunay na kagandahan

At tunay na kapayapaan

espirituwal na pag-ibig

At purong kagalakan

**Kung mamahalin natin ang Diyos nang ating puso,
isip, at kaluluwa**

**Sa gayon ay nag-iipon tayo para sa ating sarili ng
isang kayamanang espirituwal na hindi nasisira**

**Sinisiguro natin na mayroon tayo ng lahat ng
kailangan natin sa buhay na ito**

Marami ang nagsalita tungkol sa Diyos

**Marami ang humanga sa kaniyang mga obra
maestra**

Marami ang nakabasa tungkol sa kanya

Ngunit ang mga nakaranas ng kanyang presensya

At kakaunti ang mga nakatikim ng tamis nito

Ito ang mga nakakakilala sa kanya

**Kapag kilala natin ang Diyos, ang buhay ay
matamis**

**Ang buhay ay puno ng kagalakan at maliwanag na
pag-asa**

**Nawa'y mapuno ang mga puso ng pasasalamat sa
Diyos**

Sa kabila ng Kanyang mga labis na biyaya

At ang Kanyang hindi mabilang na mga biyaya

**Ang bawat tao ay maaaring maging
tagapamagitan**

**Sa pamamagitan nito ay dumadaloy ang
espirituwal na magnetismo**

**Kundi ang makasariling mga pagnanasa
At ang pag-ibig ng paghihiganti
at poot**

**Mga compound na may kakulangan
Nililimitahan ng lahat ng ito ang daloy ng
magnetismo o puwersang iyon**

**Isang pagkakamali ang humarang o humadlang sa
daloy nito**

**Ang sikolohikal na balanse ay nakakatulong
upang maipakita ang magnetismo**

**Kapag ang isang tao ay mabait at mahinahon
Nagpapakita ito ng magnetismo
Ang meditasyon ay ang laboratoryo kung saan
Matutuklasan natin ang mga pinagpalang
kapangyarihan sa loob natin**

**Kapag ang puso ay puno ng pagmamahal ng Diyos
At ang mga mata ay puno ng liwanag nito
Ang magnetismo ay nagiging espirituwal sa
kalikasan**

**Malaki ang pagkakaiba ng espirituwal na
magnetismo**

**Ng dakilang impluwensya
Magnetismo ng hayop
Hinihimok ng mga hilig at likas na hilig
Mahalagang makilala ang pagkakaiba sa pagitan
ng dalawang uri ng magnetismo na ito**

**Ang espirituwal na magnetismo ay nakabatay sa
altruismo at pakikinabangan ng iba**

**Ang magnetismo ng hayop ay hinihimok ng
pagkamakasarili at pagsasamantala sa iba**

**Hindi dapat matakot ang isang tao
Maliban sa takot mismo**

**Dahil ito ang pinakamalaking kaaway ng
tagumpay at kalusugan**

Nilalason nito ang isip

**At dinadala nito ang mga bagay na kinatatakutan
ng isa**

Pinapatindi nito ang sakit

At sinisira nito ang puso

**Nagdudulot ito ng pinsala sa sistema ng nerbiyos
at utak**

Samakatuwid, dapat itong alisin

Sa pamamagitan ng paniniwala sa Diyos

Positibo at malikhaing pag-iisip

Optimismo at pag-asa

Magtiwala sa banal na proteksyon

At sinumang umiibig sa Diyos

At siya'y lumalakad sa Kanyang liwanag

Hindi siya kayang talunin ng kadiliman ng takot

Dahil ang Diyos ay kasama niya

**Kung sino man ang may Diyos sa kanyang piling
ay nasa mabuting kamay**

balanseng buhay

**Ito ay nakabatay sa pagkakaroon ng karunungan
at pagbuo ng mga panloob na puwersa**

**Sa pamamagitan ng pagpapaunlad ng mga
kasanayan sa konsentrasyon**

At pagkakaroon ng kalayaang intelektwal

**At ang kakayahang itaboy ang mga negatibong
impluwensya**

**At hindi hinahayaang tumagos ito sa mga patong
ng kamalayan**

**Upang ang langit ng kaluluwa at ang liwanag ng
pananaw ay hindi matatakpan**

**Pamumuhay ayon sa mga prinsipyong moral at
etikal**

Ang wastong pag-unawa sa batas ng sanhi at bunga

**At sunugin ang mga binhi ng masasamang gawa
Gamit ang apoy ng malalim na pagninilay at pagsusumamo**

At inilalatag ang pundasyon para sa isang masayang espirituwal na kinabukasan

May mabuting intensyon

Mabubuting gawa

Malinaw at maayos na lohikal na pag-iisip

Panalangin para sa mga disipulo

Pitumpung taon na ang nakalilipas, isinulat ng gurong si Paramahansa ang panalanging ito

Dito, humihingi siya ng banal na biyaya, tulong, at patnubay para sa lahat ng naghahanap

Sa mga landas ng espirituwal na paggising

Panginoon, tulungan mo akong maalala Ka nang higit pa sa aking sarili

At nawa'y ikaw ang maging pinakadakilang hari, na nakaluklok sa aking puso

Pagpalain ang lahat ng lumalapit sa akin

Ang tanging hiling ko para sa kanila ay maramdaman nila ang iyong pagpapala at maranasan ang iyong pagmamahal

Ikaw ang buhay ko

At ikaw ang aking pag-ibig

Ikaw ang aking kayamanan at aking kanlungan sa buhay

At sa iyo'y ipinapangako ko ang aking walang hanggang katapatan

Nawa'y sumikat ang liwanag ng iyong pag-ibig sa altar ng aking mga inaasam

At upang gisingin ang pag-ibig para sa iyo sa lahat ng mga pusong tumatanggap

**Binigyan mo ako ng lakas, determinasyon, at
tibay ng loob**

**Upang madala ko ang mga kaluluwang nananabik
sa iyo**

**Ang mga kaluluwa ng aking mga kapatid, sa
kabila ng kanilang magkakaibang pinagmulan**

Gawin akong isang tapat na tagapamagitan

**Nawa'y dumaloy ang liwanag ng iyong kaalaman
sa kanilang mga puso**

**At inaalis nito sa kanya ang mga anino ng
kalungkutan, takot, at pag-aalala**

**Inihahandog ko sa inyo ang aking taos-pusong
pasasalamat at pagpapahalaga mula sa kaibuturan ng
aking puso**

**Dahil pinagpala mo ang buhay ko ng iyong ganap
na presensya**

**Tulungan mo akong ipalaganap ang iyong
mensahe**

**Isang mensahe ng pagmamahal, kapayapaan, at
kabutihan**

**Hindi ko nais na luwalhatiin ang aking sarili, kundi
ang luwalhatiin ka**

**Hayaang maging inspirasyon ang nasa likod ng
aking mga salita at sulatin**

**Upang ang mga boses at salita ko ay
makapaghatid ng iyong inspirasyon**

**At upang ang iyong lakas ay dumaloy mula sa
aking kalooban at determinasyon**

**Ang pinakadakilang hangarin ko ay ang pagpalain
ka ng iyong biyaya at masunod ang iyong kalooban**

Lahat ng mga mananaliksik na lumalapit sa akin

**Inihaharap ko sila sa iyo bilang isang palumpon
ng mabubuting kaluluwa**

Painumin sila ng iyong biyaya

At punuin sila ng iyong kapayapaan

**At sa huling kabanatang ito ng aking buhay
Hinihiling ko sa Iyo na maging tanging gabay sa
aking mga hakbang**

**At ang pinakabanal na inspirasyon para sa aking
mga iniisip**

**Hayaan ang aking pinakamataas na ambisyon
Paggabay sa isip at puso ng mga tao patungo sa
iyo**

**Hinihiling ko sa iyo na protektahan ang mga
disipulo mula sa lahat ng kapahamakan**

**At bigyan mo sila ng maiinom mula sa mga bukal
ng iyong buhay na tubig,**

**At inaalagaan at pinoprotektahan niya sila
Sa paggising, pagtulog, at mga panaginip
At nawa'y samahan sila ng iyong pangangalaga
saanman sila naroon**

ngayon

Sa bawat oras at lugar

**Mula sa mga kasabihan ng pantas na si Paramhansa
Yogananda**

**Nagrereklamo ang mga tao tungkol sa ideya ng
pagsuko sa ilang mga bagay sa buhay**

**Bagama't marami silang isinusukong
mahahalagang bagay**

**Hindi bababa sa kanilang mga alalahanin ang
kapayapaan ng isip; kung minsan ay isinasakripisyo
pa nila ang kanilang mga sarili**

**Para sa perang panandalian at madaling masira
Ang kayamanan ay maaaring kunin mula sa isang
tao o kunin mula sa kanila sa pamamagitan ng pag-
alis sa mundo**

Hindi niya ito maaaring dalhin

**Ang tanging tunay na halaga ng pera ay ang
paggastos nito sa mga kapaki-pakinabang na bagay**

**At sa pagdadala ng kaligayahan sa sarili at sa iba
sa paraang nakalulugod sa Diyos at sa konsensya ng
isang tao**

**Mga taong iniisip lamang ang kanilang sariling
seguridad at kaginhawahan**

**Pagkalimot o pagbabalewala sa mga
pangangailangan ng iba**

Sa katunayan, nilalandi nila ang kahirapan

Na magiging kanila balang araw

**Yaong mga kumakapit sa kanilang kayamanan sa
halip na gamitin ito sa mabubuting gawa**

**Hindi sila nagdadala ng kasaganaan sa kanilang
sarili sa kanilang susunod na buhay**

**Sa halip, sila ay ipinanganak na mahirap, taglay
ang mga pagnanasa at pagnanasa ng mayayaman**

**Tungkol naman sa mga taong nagbabahagi ng
kanilang kayamanan at kasaganaan sa iba**

**Nakakaakit sila ng suwerte at kasaganaan
saanman sila magpunta**

**Kapag kusang-loob kang nagbibigay sa mga
karapat-dapat**

**Matutuklasan mo na ang Diyos ay laging kasama
mo**

Hindi ka niya iiwan kailanman

**Sa tulong at pangangalaga Niya, wala kang
kakailanganin**

**Magtiwala ka sa Diyos, at ang Kanyang tulong ay
darating sa iyo at ang Kanyang pangangalaga ay
sasakupin ka**

**Hindi natin dapat kalimutan na ang ating buhay
ay direktang nagmumula sa Diyos**

**Kapag napagtanto natin na ang ating mga isipan,
ang ating mga kagustuhan, at ang ating mga gawain**

**Lahat sila ay umaasa sa Diyos at kumukuha ng
kanilang lakas mula sa Kanya**

Pagkatapos ay makakatanggap tayo ng direktang gabay mula sa kanya

Mauunawaan natin na ang ating buhay ay kaisa ng Kanyang walang hanggang buhay

Ang mundo ay puno ng mga natural at gawang-tao na bagyo, at ang Diyos ang matibay na kalasag at ligtas na kanlungan mula sa mga bagyo, unos, at kasamaan ng mundong ito.

Saanman naroon ang Diyos, walang takot o kalungkutan. Ang tunay na mananampalataya ay matatag at matatag sa mga laban ng buhay at mga pagsubok ng mga pangyayari, tiyak na ang Diyos ay kasama niya, pinoprotektahan siya mula sa kapahamakan at hindi siya kailanman pinababayaan kahit isang sandali. Kaya, ang takot ay naglalaho sa kanyang puso, at ang matibay na katiyakan ng proteksyon ay nag-uugat.

Ang pagiging walang takot ay nangangahulugan ng pagkakaroon ng pananampalataya sa Diyos at sa Kanyang proteksyon, at paniniwala sa Kanyang katarungan, karunungan, awa, pag-ibig, at pagiging nasa lahat ng dako.

Ang takot ay nag-aalis ng sikolohikal na lakas ng isang tao, nagpapadilim sa isip, at nagpapahina sa natural na ritmo ng puso. Bukod pa rito, ang takot ay lumilikha ng mga pisikal na kaguluhan at maaaring magdulot ng mga sakit na sikolohikal.

Sa halip na magpadala sa pagkabalisa at sikolohikal na pagkakakulong, dapat tiyakin ng isang tao sa kanyang sarili na sila ay ligtas sa ilalim ng proteksyon ng Diyos, ang Nakakakita ng Lahat, ang Nakakaranig ng Lahat, ligtas sa Kanyang matatag na kuta, at napapaligiran ng Kanyang awa at pangangalaga.

Nasa kagubatan man ng Africa ang isang tao, nasa larangan ng digmaan, nagdurusa sa sakit o kahirapan, dapat nilang kumbinsihin ang kanilang sarili na ang kamay ng Diyos ay mas malakas kaysa sa panganib at may kakayahang protektahan ang mga taong humihingi ng kanlungan sa Kanya.

Wala nang mas mabisang paraan upang protektahan ang sarili Siyempre, dapat gumamit ng lohika sa pagharap sa mga pangyayari habang kasabay nito ay nagtitiwala nang lubusan sa banal na tulong. Ang pananampalataya ay hindi kailanman nangangahulugan ng pagiging pabaya o pagkilos nang hindi matalino sa harap ng mga pangyayari. Sa halip, anuman ang mangyari, dapat tiyakin ng isang tao sa sarili na ang Diyos lamang ang may kakayahang tumulong sa mahihirap at mahihirap na panahon kung ang isang tao ay lalapit sa Kanya nang buong puso, kaluluwa, at pandama.

Ang buhay ay nababalot ng kadiliman, at kung minsan ang mga paa ay nanghihina at nag-aalangan na sumulong. Dapat nating hayaang ang liwanag ng Diyos ang maging gabay natin habang tayo ay naglalakad sa madilim na landas ng buhay. Siya ang kabilugan ng buwan sa mga gabi ng kamangmangan at kadiliman, ang araw ng ningning sa mga oras ng paggising, ang tanglaw ng patnubay, at ang North Star para sa mga tumatawid sa mga karagatan ng makalupang, panandaliang kadiliman.

Mananatili ang mga problema sa mundo, kaya saan makakahingi ng gabay at direksyon ang isang tao? Ang sariling mga iniisip, na naimpluwensyahan ng mga gawi, pagtatangi, paunang naiisip na mga paniniwala, at mga pagkiling, ay walang silbi, at ang mga impluwensya ng kapaligiran, pamilya, bansa, o

mundo ng isang tao ay hindi kayang magbigay ng tamang gabay.

Kaya naman, dapat bumaling sa Diyos at makinig sa mahinahon at mapayapang tinig na nagmumula sa kaibuturan ng kaluluwa, na naaayon sa katotohanan.

Ang pagkakaiba sa pagitan ng mental na pagmumuni-muni at espirituwal na pagninilay-nilay

Kung pinoprograma ng isang tao ang kanyang sarili gamit ang kaalamang teoretikal

**Ito ay magiging isang portable recording device
Inuulit niya ang mga kawikaan at binibigkas ang matatayog na parirala**

Itinuturing siya ng iba bilang isang matalinong iskolar

Ngunit ang ganitong kaalaman

Hindi ito pinatitibay ng direktang pagdama sa katotohanan

At walang espirituwal na tagumpay ang maihahambing dito

Ang ganitong uri ng edukasyon o intelektwalisasyon

Ang "ego" ay nananatiling nakaugnay sa pandama na pag-iisip

**Na limitado mismo ng mga pisikal na pandama
Hindi makakamit ng kaalamang teoretikal ang banal na kaalaman**

Mainam na huwag sayangin ang mahalagang oras ng isang tao

Batay sa mga teoryang hindi mailalapat sa realidad

Kung hindi, matatagpuan niya ang kanyang sarili sa gitna ng isang masukal na kagubatan ng intelektwal

Hindi kayang lampasan ang saklaw ng mga teorya

**Ang prosesong ito ay hindi hahantong sa
pagkaalam ng katotohanan**

**Dahil ang katotohanan ay higit pa sa mga opinyon
at teorya**

**Marami sa mga gumagamit ng ganitong
pamamaraan**

**Nababalot sila ng sarili nilang mga subhetibong
konklusyon**

**Kung ginagamit ng isang tao ang kanyang
kakayahang pangkaisipan**

**Para kumita ng pera at materyal na bagay, wala
nang iba pa**

**Ang kanyang kamalayan ay maaakit sa pisikal na
mundo**

**Ito ay nababalot ng walang katapusang
komplikasyon**

Kaya nga, sinasabi ng mga matatalino

**Hindi dapat ilaan ng isang tao ang lahat ng
kanyang kakayahang pangkaisipan sa**

**Na ibinigay sa kanya ng Diyos upang maghanap
ng mga bagay na panandalian lamang**

**Kung hindi, mawawala siya sa labirinto ng
materya**

**Lumilikha siya para sa kanyang sarili ng mga
paghihigpit at limitasyon na hindi niya kailangan**

**Kaya naman, dapat niyang gamitin ang kaniyang
mga kakayahan sa pag-iisip**

Sa pagkuha ng mga pangangailangan sa buhay

**At nagsisikap na paunlarin ang kanyang mga
katangiang moral**

**Upang mapag-iba ang tama at mali, ang
mapaminsala at mapapakinabangan**

**At kapag nahubog niya ang kanyang espirituwal
na pananaw**

Mararamdaman niya ang Diyos sa loob niya

**At katiyakan ng mga espirituwal na katotohanan
Nakatago sa likod ng mga tabing ng siksik na
bagay**

**Ang estadong ito ay tinatawag na espirituwal na
pagninilay-nilay**

**Isa sa pinakamahalagang elemento ng espirituwal
na paglago**

**Ito ang ugali ng pagbulong ng mga kaisipan sa
Diyos**

**Personal mong masasaksihan ang isang kahanga-
hangang positibong pagbabago**

Magugustuhan mo talaga ito

Anuman ang ating mga alalahanin

**Ang Diyos ang dapat na maging pangunahing
lugar sa ating buhay**

**Kapag gustong manood ng palabas ang isang tao
O kaya naman ay bumili ng bagong damit o
bagong kotse.**

**Hindi ba't totoo na laging abala ang isip niya?
Tungkol sa mga bagay na iyon at paano
makakamit o makakamit ang mga ito?**

**Hindi siya titigil hangga't hindi natutupad ang
kanyang mga pangarap**

**Bagkus, patuloy siyang walang pagod na
nagtatrabaho upang matupad ang mga hangaring
iyon**

**Kaya naman, ang isip ng tao ay dapat na abala sa
pag-iisip tungkol sa Diyos**

**At pagkatapos lahat ng mas mababa at mas
maliliit na pagnanasa ay mababago**

**Sa matinding pagnanais na madama ang Diyos at
makipag-ugnayan sa Kanya**

**Kapag ang isip ay bumubulong sa Diyos ng isang
taos-puso at maalab na bulong**

**Nagmumula sa kaibuturan ng isang kaluluwang
nananabik**

**Ang tawag ng kaluluwa ay hahawak sa kosmikong
puso**

**At ang sagot ay darating, kasama nito ang
malaking kagalakan**

**Ang intelektuwal na pagbulong ay nagpapaunlad
ng lakas ng loob**

**Hanggang sa magkaroon ka ng sapat na lakas
upang makamit ang ninanais na layunin**

**Kapag ang isip at kalooban ng isang tao ay
naaayon sa Diyos**

**Sila ay binibigyan ng walang hanggang
kapangyarihan**

**Kaya ang simpleng pag-iisip tungkol sa isang
bagay ay sapat na upang makamit ito**

**Dahil ang banal na batas ay gumagana pabor sa
mga taong naaayon sa kataas-taasang kalooban**

**Lahat ng mga natatanging tagumpay sa buhay ko
Nakakamit sa pamamagitan ng kapangyarihan ng
isip na naaayon sa Diyos**

Kapag tumatakbo ang banal na generator

**Lahat ng aking hinahangad ay natutupad, nang
walang pagbubukod**

**Ito ay unang lumilitaw bilang isang ethereal, di-
nakikitang disenyo**

**Pagkatapos ay lumitaw ito nang may hindi
mapigilang puwersa sa lupa**

Ang sikreto ng paglago

**Lumalago tayo sa bawat karanasang ating
pinagdadaanan, basta't nauunawaan natin na may
matututunan tayong mahahalagang aral mula rito.
Dahil lahat ng sakit at pagdurusa na ating
nararanasan ay may kahulugan at layunin.**

Sa kabila ng kalupitan ng mga pagsubok, para silang apoy na tumutunaw sa bakal na mineral, binabago ito tungo sa maganda, matibay, at maraming gamit na bakal

At ang bakal ng karunungan na ating kinukuha sa pamamagitan ng nagliliyab na apoy ng mga pagsubok ay isang kahanga-hangang bagay. Sapagkat dinadalisa tayo ng buhay sa pamamagitan ng pagbabago ng ating mga pangunahing metal tungo sa mahahalagang elemento upang tayo ay mabuhay sa buhay na ito bilang mga kaluluwang kasingdalisay ng mga hiyas, kasingtigas ng bakal, at kasabay nito ay nababaluktot at nababaluktot nang hindi nalalantad sa pagkabali sa ilalim ng mga presyon ng mga paghihirap at mahihirap na pagsubok.

Kapag nakakakita tayo ng mga mukhang napinsala ng galit, na may pilat ng kalupitan, ang kanilang paningin ay nagpapanabik sa atin na alisin ang kapangitan sa ating sariling kaluluwa—isang kaluluwang hindi naapektuhan ng anuman maliban sa masasamang intensyon at malalim na mga sama ng loob na nagtatakip sa pinagpalang banal na imahe sa loob natin, tulad ng uling na sumisira sa salamin. Ang masasakit na kilos ng iba ay dapat pumukaw sa atin ng pagnanais na mapabuti ang ating sariling pag-uugali at kontrolin ang ating sarili, upang tayo ay maging mga panginoon ng ating magulong mga pagnanasa, hindi alipin ng mga ito.

Ang mabubuting salita ay isang kamanghamanghang lunas para sa maraming karamdaman, nagtataglay ng isang malakas, halos mahiwagang, magnetikong puwersa na nagdudulot ng masaganang pagpapala at kasaganaan sa kanilang nagsasalita. Ang mga gumagamit ng nakapapawing-pagod at banayad na mga salita ay nakakaramdam ng banayad

na daloy ng tubig sa kanila nang walang pagkaantala, na napupuno sila ng kasaganaan ng katahimikan. Ito ay dahil ang daloy na iyon ay konektado sa mas mataas na pinagmumulan nito, na patuloy na dumadaloy at patuloy na umaabot sa mga kaluluwang naaayon dito. Pagkatapos ay maipapasa nila ang daloy ng kaligayahang ito sa mga kaluluwang naghahangad ng kapayapaan.

Araw-araw, ang isang tao ay tumitingin sa salamin upang makita ang kanyang mukha dahil gusto niyang magmukhang pinakamaganda sa iba. Gaano pa kaya kahalaga para sa kanila na harapin ang kanilang sarili araw-araw at tunitig sa salamin ng panloob na pagsusuri upang matuklasan kung ano ang nasa likod ng kumikinang na panlabas na anyo? Sapagkat ang lahat ng bagay na panlabas na kaakit-akit ay nagmumula sa panloob na sarili at walang makakasira sa salamin ng kaluluwa. Ang kadalisan ay parang mga sikolohikal na pagbaluktot tulad ng galit, hinanakit, inggit, at poot. Sinumang sumubok na palayain ang kanilang sarili mula sa mga sangkap na ito na dayuhan sa kalikasan ng kaluluwa ay magpapakita ng liwanag ng panloob na kagandahan mula sa loob at malalasap ang nararamdaman ng taong may tahimik na kaluluwa.

Sa pamamagitan ng pagsusuri, natuklasan natin na ang mga problema ng tao ay may tatlong bahagi: may mga problema at karamdaman na umaatake sa katawan ng tao, ang iba ay umaatake sa isip, at ang ikatlong kategorya na humaharap sa mga landas ng kaluluwa.

Ang sakit, katandaan, at kamatayan ay ang mga kahirapan at balakid na kinakaharap ng katawan. Gayunpaman, ang mga sakit na sikolohikal ay sumasalakay sa isip sa pamamagitan ng kalungkutan,

takot, galit, mga pinipigilang pagnanasa, sama ng loob, poot, mga emosyonal na obsesyon, matinding pagkabalisa sa nerbiyos, at ang sikolohikal na kanser na nagpaparalisa sa mga kakayahan sa pag-iisip. Gayunpaman, ang pinakamapanganib na sakit ay ang sakit ng kaluluwa, na nakikita sa kamangmangan, kung saan nagmumula at kumakalat ang lahat ng iba pang mga sakit.

Pangkalahatang tao

**Nabigyang-inspirasyon ng mga turo ni Master
Paramhansa**

Sa kabila ng naghihiwalay na mga dagat

Sa isang malayong sulok ng pag-iral

Nagpakita sa akin ang kosmikong tao

Na may marangyang liwanag

Ginagaya nito ang pagsikat at liwanag ng araw

**Ang kanyang tahanan ay nasa puso ng malinis na
kagubatan**

**Nakita ko siyang naglalakad sa mga ginintuang
parang ng karunungan**

Gamit ang sigla ng kabataan

At ang saya ng mga bata

**Nanaginip siya ng mahiwagang liwanag ng
bagong buwan**

**Lumilipat siya sa pagitan ng hindi mabilang na
mga bahay**

Lumalabas siya nang may kagaanan at liksi

Mula sa mga pintuan ng mga siglo at panahon

Sandali lang lumitaw ang kakaibang hugis

Pagkatapos ay nawala siya

Pagkatapos ay lumitaw itong muli

Paglaban sa pagkupas at pagkawala

**Nababalutan ng hiyas na parang eter ng walang
hanggang kalangitan**

At maraming sulo ang sumilay mula sa kanyang mukha

Ikinukwento ang mga kuwento ng nag-aalab na pananabik

At ang mga nagliliyab na damdamin

At kagandahang kabataan

At dalisay na pagmamahal ng kabataan

Nagliliwanag ang pananampalataya mula sa kaniyang mga mata

At isang matingkad na kislap ng kumpiyansang pag-asa

At kidlat na nakasisilaw sa mga mata

Para sa katatagan at kakayahan

Nagliliwanag ito sa mga sulok ng sansinukob

Ang saklaw nito ay umaabot sa pinakamalayong mga bituin

Kay laking di-masayod na kaluwalhatian!

Nagmumula sa iyong pusong karagatan, O kosmikong tao

Matagal ko nang pinagmamasdan ang iyong maluwalhati at nagniningning na anyo

Nakakita ako ng walang katapusang mga extension at mga sikreto

Para bang nasaksihan ko ang pagpapakita ng diwa ng tao

Sa lahat ng kanyang karilagan at kadakilaan

Magasin sa Silangan-Kanluran

Mas marami ang mabuti kaysa sa masama sa mundo

Kapag gumagapang ang mga pagdududa, dapat nating alalahanin ang buhay ng mga dakilang tao. Totoo na tayo ay mga tao, ngunit pinagkalooban tayo ng Diyos ng mga pambihirang kapangyarihan na

bihira nating gamitin, kaya bakit tayo manginginig sa takot sa katandaan, sakit, at kalungkutan?

Dapat nating gawin ang ating makakaya upang pangalagaan ang katawan, ngunit hindi tayo dapat magpadala sa takot o ibaon ang ating sarili sa ilalim ng mga tambak ng kamangmangan. Ang katawan ay hindi ang buong pagkatao.

Mas makapangyarihan ang kabutihan kaysa sa kasamaan sa mundong ito dahil ang Diyos ang may pinakamataas na kapangyarihan. Ngunit kapag dumarating sa atin ang kasamaan, iniisip natin na wala tayong kapangyarihang kontrolin ito o takasan ang kamay nito.

Tiyak na darating ang mga bagyo ng kasamaan, ngunit malalampasan natin ang mga epekto nito at malalampasan ang mga ito

Hindi tayo binigyan ng buhay upang masira nito, kundi upang itanim sa atin ang kamalayan sa kawalang-hanggan, at dapat nating tandaan ang katotohanang ito.

Kung walang kalayaan sa pag-iisip, hindi maipapahayag ng isang tao ang kanyang sarili sa isang dalisay, kusang-loob, at natural na paraan. Tandaan na ikaw ay malaya. Ang kapangyarihan ng kalooban ay laging malaya.

Kung gagamitin mo nang tama ang iyong lakas ng loob, lilikha ito ng bagong karma para sa iyo, ngunit karamihan sa mga tao ay ayaw magbago o magsikap, kaya't sila ay gumuguho sa harap ng mga kahirapan at hindi kayang harapin ang mga hamon.

Ang isang taong gumagawa ng anumang gusto niya ay hindi kalayaan dahil nakatali siya sa kanyang mga pagnanasa, at samakatuwid ang kanyang mga kilos ay hindi matatawag na kalayaan.

Ang tunay na kalayaan ay nangangahulugan ng paggawa ng lahat nang may kagustuhang ginagabayan ng karunungan. Maaaring kontrolin ng isang tao ang mga bunga ng kanilang mga nakaraang kilos, na tiyak na susunod sa kanila, kung bubuksan niya ang kanilang kagustuhan at gagamitin ito sa mabubuti at kapaki-pakinabang na mga gawa.

Kung gagawin mo ang iyong mga gawain nang may katwiran at determinasyon, ang mga puwersa ng iyong mga nakaraang pagkakamali ay hihina at ang iyong mabubuting gawi ay titibay.

Ang mga nakaukit na gawi ay umaalipin sa atin sa isang paraan, at samakatuwid ay hindi tayo nabubuhay sa tunay na kalayaan

Palagi nating hinahangad ang mga bagay na wala sa atin at nagiging interesado tayo sa mga bagay na hindi mahalaga. Kapag may isang bagay na umani sa atin, pansamantala nating nawawala ang ating malayang pagpapasya. Tulad ng mga taga-Silangan na inaalipin ng mga sinaunang kaugalian, gayundin ang mga taga-Kanluranin ay inaalipin ng mga makabagong kaugalian. Lumilikha tayo ng ating sariling kapalaran at nagiging alipin nito.

Bakit may isang batang ipinanganak sa isang masamang pamilya habang ang isa naman ay ipinanganak sa isang mabuting pamilya? Ginamit ng bawat isa sa kanila ang kanilang kalayaan upang mamuhay sa isang partikular na paraan noong

nakaraan (sa nakaraang buhay) at sa gayon ay nagdala ng mga pangyayaring iyon sa kanilang sarili sa buhay na ito.

Walang tunay na kalayaan kung wala ang Diyos. Dapat natin Siyang isipin palagi. Anuman ang ating mga alalahanin at iniisip, ang Diyos ang dapat manguna sa ating mga puso.

At kapag tayo ay tunay na nakiisa sa Kanya, bibigyan tayo ng kakayahang maisakatuparan ang dapat nating maisakatuparan, anumang oras, sa Kanyang banal na tulong.

Payo para sa disipulo

Tinanong ng isa sa mga estudyante ang gurong si Paramhansa

Para mabigyan siya ng ilang payo sa pagpapaunlad ng sarili, aniya

Kung gusto mong mahalin

Magsimula sa pamamagitan ng pagmamahal sa iba na nangangailangan ng iyong pagmamahal

At kung umaasa ka sa iba

Ang maging tapat at tapat sa iyo

Maging tapat at tapat sa kanila

At kung nais mo na ang iba ay hindi kumilos nang may malisya at tuso

Huwag mong hayaang makapasok sa iyong isipan ang panlilinlang

Huwag kumilos sa paraang makakasakit sa iba

Kung gusto mong makiramay ang iba sa iyo

Magsimula sa pamamagitan ng pagpapakita sa kanila ng habag

Lalo na sa mga taong nakapaligid sa iyo

Kung gusto mong respetuhin ka ng iba

Dapat kang magpakita ng paggalang sa kapwa bata at matanda sa kanila

Kung gusto mo ng kapayapaan mula sa iba

Dapat kang mamuhay nang may pagkakaisa

Kung gusto mong maging relihiyoso ang mga tao

Maging masigla at hayaang maramdaman ng iba

Isa kang mabuting huwaran at maaari ka nilang asahan at pagkatiwalaan

Sa madaling salita, lahat ng gusto mong ipakita sa iba

Isa sa mga bentahe ng kabutihan

Ipakita mo muna sa buhay mo

Makikita mo na pare-pareho lang ang reaksiyon ng mga tao sa iyo

Kung matutukoy mo ang mga lugar na nangangailangan

Upang mapaunlad at mapabuti ang iyong buhay

Nang walang pakiramdam ng panghihina ng loob o pagkakaroon ng inferiority complex

**At kung patuloy kang magsisikap upang mapabuti
ang iyong personalidad**

**Kung gayon ang oras na iyong ginugugol ay
magiging mas sulit at kapaki-pakinabang**

Paano kung ginugol mo ito sa pagnanasa

Na ang mga tao ay mapabuti ang kanilang sarili

**Ang iyong mabuting halimbawa at mahusay na
pamamaraan**

Mas malawak na kakayahang baguhin ang iba

**Mula sa iyong mga simpleng kagustuhan, galit, at
mga salita**

Hindi mabilang ang Kashmus

**Ikaw ang pinagmumulan ng lahat ng mabubuting
bagay**

At ang pinagmumulan ng lahat ng kapangyarihan

Pagpalain kami, O Panginoon

**Upang maipakita namin ang Iyong mga biyaya sa
amin**

Sa ating kalusugan

at ang ating mga intelektwal na mithiin

Sa ating mga espirituwal na pagpapahayag

Ikaw ang liwanag sa mga bituin

Enerhiya sa mga atomo

At kabaitan sa puso

Ang kagandahan ay nasa katapatan

Ang kadakilaan ay nasa katapatan

Tulungan mo kaming mag-recharge ng aming mga sarili

Sa pamamagitan ng iyong kataas-taasang kapangyarihan

Gamit ang iyong walang hanggang karunungan

At sa iyong walang hanggang katapatan

**Kilalanin natin na ikaw ay bukal ng kalusugan
at ang kapaligiran ng buhay**

At ang pinagmumulan ng lahat ng pang-unawa at kaalaman

Palayain tayo mula sa kamangmangan at mga epekto nito

Ng mga takot at pag-aalala

Nawa'y tangayin ng baha ng iyong karunungan

Lahat ng pagkasira at pagkawasak ng ating buhay

Punitin mo ang mga tabing na nagtatago ng iyong mukha mula sa amin

Hayaan mong makita ka namin nang may napakaliwanag na liwanag

Hindi mabilang na mga araw sa abot-tanaw ng ating mga buhay

Hayaan mong maramdaman ka namin bilang isang patuloy na nagpapanibagong puwersa

Ang aming mga ideya ay nagbibigay-inspirasyon

At pangalagaan ang ating mga kaluluwa

Ang ating mga katawan ay kumakain

At ang ating mga pangarap ay natupad

Amen

Karamihan sa mga tao ay hindi alam kung bakit

Mula sa kanilang presensya sa mundong ito

Naniniwala sila na ang layunin ng buhay

Ito ay ang katuparan ng mga pagnanasa

Pagkuha ng mga pangangailangan sa buhay

Naghahanap ng kasiyahan at pagmamahal ng tao

At sumuko sa huling tumatawag sa huli

Sinisimulan ng mga tao ang kanilang buhay

Mga programmer na may mga partikular na hilig

**At mga pangarap na hindi natupad noong
nakaraan**

**At sinusubukan nila - sa kaunting kalayaang
natitira sa kanila -**

Paggaya sa mga kagustuhan at kilos ng iba

Kung makikisalamuha sila sa mga negosyante

Gusto nilang maging katulad nila

At kung makikipag-ugnayan sila sa mga artista

Ang sining ay nagiging lahat para sa kanila

**Nais ng Diyos na maging praktikal tayo sa
mundong ito**

**Binigyan Niya tayo ng gutom na nangangailangan
sa atin na magtrabaho upang masiyahan ito**

Ngunit ang paghahanap ng pagkain at tirahan

Pera at ari-arian, wala nang iba pa

**Nangangahulugan ito na nakakalimutan ng isang
tao ang pinagmumulan ng kanilang kaligayahan**

Totoo nga na kailangan nating magtrabaho

Para makuha ang ating mga pangangailangan

**At sinisikap naming makamit ang aming mga
lehitimong layunin**

Ngunit una sa lahat

Upang buksan ang ating mga puso sa Diyos

**Hinihiling namin ang Kanyang gabay at pagsang-
ayon sa lahat ng aming ginagawa**

**Kung gayon, dapat tayong magtagumpay sa
paaralan ng buhay**

Dahil matatanggap natin ang ating mga tagubilin

**Mula sa Dakilang Tagapamahala at
Tagapagtanggol**

Ang nakakaalam ng ating kailangan

Ano ang pinakamainam para sa atin?

**Kaya naman, dapat nating ilagak ang ating tiwala
sa kanya**

**Tayo'y sumusunod sa Kanyang matalinong
kalooban**

**Mga liham para sa gurong si Paramahansa mula
sa kanyang mga disipulo**

Nanatili pa rin sa alaala ang aking pagbisita sa iyo

Sa Tomo XIV ng magasing Inner Culture

**Mga liham na ipinadala ng kanilang mga awtor
mula sa iba't ibang bansa**

Sinipi namin ang sumusunod mula rito:

**Nais kong ipaalam sa iyo na sa pamamagitan ng
aking masusing pagbabasa ng iyong mga turo**

Nakatanggap ako ng espirituwal na kaliwanagan

Ang lagi kong hinahanap

**Ang iyong mga turo ay nagbukas ng mga pinto ng
kaligayahan para sa akin**

*** * ***

**Araw-araw kong isinasagawa ang iyong mga
espirituwal na pagpapatibay**

**Nakikita kong unti-unting nawawala ang mga
negatibong kaisipan**

Nawala na ang mga takot

Nasisiyahan ako sa bawat sandali ng aking buhay

Salamat sa iyong tulong

*** * ***

Maraming biyaya ang natatanggap ko

Mula sa iyong mga espirituwal na turo

Sabik akong magbasa ng iyong mga saloobin

Ginagawa ko ang lahat para mailapat ito sa buhay ko

Ang iyong mga turo ay maganda at kapaki-pakinabang

*** * ***

Nakikita ko sa iyong kahanga-hangang pilosopiya

Ano ang nagbibigay inspirasyon at paghanga

Ang aking taos-pusong pasasalamat sa lahat ng iyong ipinagkaloob sa akin

Mula sa tulong at sikolohikal na ginhawa

*** * ***

Sobrang nakakaramdam ako ng matinding pakiramdam na makakatanggap ako nito linggo-linggo

Sa isang bagong aral mula sa iyong mga turo

Nakakatagpo ako ng kasiyahan at kaliwanagan sa bawat aralin

*** * ***

Salamat mula sa kaibuturan ng aking puso

Para matulungan akong maunawaan ang aking panloob na sarili

At upang maipabatid sa akin ang mga nakatagong kapangyarihan sa loob ko

At upang ipakita ang liwanag ng Diyos sa aking pananaw

**Sa pamamagitan ng mga turong natanggap ko
mula sa iyo**

*** * ***

Naaalala ko pa rin ang pagbisita ko sa iyo

Apat na taon na siyang nasa isip ko

**Naaalala ko pa rin ang iyong lubos na
pananampalataya sa Diyos**

At ang iyong pagmamahal sa sangkatauhan

**Nakatulong ito sa akin na makilala ang aking
sarili**

Noong akala ko'y ako'y nag-iisa

**Wala akong mga kaibigan at walang sinumang
nakikiramay sa akin**

**Nagbigay ito sa akin ng tiwala sa sarili at
nagpalakas ng aking moral**

**Ito ang nagbigay inspirasyon sa akin upang
maging matapang sa pagharap sa mga sitwasyon sa
buhay**

*** * ***

Sa loob ng apatnapung taon

**Nag-aral ako ng iba't ibang sangay ng agham at
kaalaman**

**Pero wala akong nakuha sa lahat ng pag-aaral na
iyon**

**Sa isang bagay na maihahambing sa aking
natutunan mula sa iyong mga turo**

*** * ***

Malaki ang naitutulong ko sa pagbabasa ng iyong mga turo

Kung mas maraming tao

Pinag-aaralan at ipinapatupad nila ang iyong mga ideya

Ang mundong ating ginagalawan ay magiging

Mas mabuti kaysa sa kung ano ito

*** * ***

Gusto kitang pasalamat mula sa kaibuturan ng aking puso

Para sa mga biyayang dumating sa buhay ko

Mula nang simulan kong basahin ang iyong mga turo nang may pokus at atensyon

Salamat, at nawa'y pagpalain ng Diyos ang iyong kahanga-hangang mga pagsisikap

At ang iyong gawaing inialay sa paglilingkod sa sangkatauhan

*** * ***

Dahil hiniling ko sa iyo na ipagdasal ang aking tagumpay

Malaki ang naging pagbuti ng aking kalagayan

Ang aking taos-pusong pasasalamat at umaasa akong patuloy kayong manalangin

*** * ***

Noong natanggap ko ang huling mensahe mo

**Palaboy pa rin ako sa madilim na kagubatan ng
pagdududa**

**At hindi niya makita ang daan palabas ng
kagubatang iyon**

**Ngunit salamat sa Diyos, at sa iyong mga
espesyal na panalangin**

**Naging mas malinaw ang landas at mas lumakas
ang aking pananampalataya sa Diyos**

Bumuti ang aking kalagayan sa lahat ng aspeto

**At sana'y lagi mo akong maalala sa iyong mga
panalanging sinagot**

*** * ***

Malaki ang naitulong sa akin ng mga turo mo

**At nakakuha ako ng napakalaking benepisyo mula
rito**

**At napatunayan ito sa akin ng mga matibay na
ebidensya**

**Ang bisa ng iyong mga espirituwal na
pagpapatibay at positibong pag-iisip**

Nalulula ako sa pasasalamat

**Dahil sa kalusugan, kagalakan, at kapayapaang
aking nararamdaman**

**Pakiramdam ko ay may araw-araw akong pag-
unlad sa pagmumuni-muni**

*** * ***

**Kung hindi dahil sa iyong kahanga-hanga at
nakapagbibigay-inspirasyong mga turo**

**Ang buhay ko sa mundong ito ay magiging
lubhang limitado**

**Nais kong pasalamat ka sa iyong espesyal na
atensyon**

**Na ibinigay niya sa akin sa nakalipas na tatlong
taon**

*** * ***

Salamat sa magasin na Espirituwal na Kultura

**Kung saan nakakatagpo ako ng biyaya at pagkain
para sa kaluluwa araw-araw**

**Nagpapasalamat ako sa Diyos na nagpakilala sa
akin sa iyo at sa iyong mga turo**

*** * ***

**Gusto kong magpasalamat sa mga liham mo
buwan-buwan**

**Natagpuan kong puno ng inspirasyon ang huling
mensahe**

**Kaya't binasa ko ito sa aking mga estudyante sa
klase ng panitikan**

Positibo ang kanilang tugon sa nilalaman nito

**Ito ay isang masayang okasyon para sa ating
lahat**

**Naantig ako nang husto sa mga ideyang isinama
mo sa liham**

Kaya naman gusto ko itong ibahagi sa aking mga estudyante

Ang mensaheng ito ay nagdulot ng malalim na pagninilay-nilay

At pagninilay-nilay sa mga lihim ng kaluluwa

Pakiramdam ko ay makakatulong ito sa akin na malutas ang mga problema

At upang harapin nang matalino at positibo ang mga karanasan sa buhay

*** * ***

Ang iyong mga turo ay walang katumbas

Ayokong makaligtaan ang kahit isa sa mga leksyon mo

**Mula sa mga lektura ng gurong Paramahansa
Kapag ang kaligayahan ng kaluluwa ay tumataas
Nakatago sa kaibuturan ng sarili
Isang makapal na patong ng panandaliang
kasiyahang pandama**

**Ang ginintuang liwanag ng kaluluwa ay
kumukupas**

**At ang mga kakayahan ng malinaw na kaluluwa ay
nakatago**

**Sa likod ng densidad ng materyal
Kapag ang isip ng isang tao ay naaakit
Sa selos at inggit
At siya ay nababalot ng mga ulap ng takot at pag-aalala**

Siya ay nagiging miserable at aba

At wala siyang kapangyarihan

Ngunit kapag itinuon niya ang parehong atensyon

**Tungo sa pagmamahal, kapayapaan, at
pagkakaisa**

**Labis ang kanyang kaligayahan
Masaya ang pakiramdam ng kaluluwa
Kapag tinalikuran mo ang mga pisikal na
pagnanasa**

**May halong paghihirap at paghihirap
Sa mga bentahe ng isang malinaw na kaluluwa
Puno ng pinong kasiyahan
Kung ang kaluluwa ay lubusang nalubog
Kasama ang masasakit na kasiyahan ng mundong
ito**

**Nagiging wala siyang interes sa pananaliksik
Tungkol sa pinakamataas na kasiyahan
At hindi kayang tikman ang saya ng kaluluwa
Marami ang maaaring magtalo
na ang pagsuko sa mga materyal na kasiyahan
Halos imposible na sa mundong ito
O habang nakikitira kasama ang mga tao
Ang kanilang mga ideya ay umiikot lamang sa
mga materyal na bagay**

**Ngunit hindi ito kinakailangan sa karaniwang tao
Ang lisanin ang mundo at pumunta sa mga
bundok at kagubatan**

**Upang matagpuan ang kapayapaan at
katahimikan**

**Bagkus, dapat siyang nasa mundong ito
Nang hindi hinahayaang tangayin siya ng
malalakas nitong agos**

**Upang hindi siya madaig ng magulong alon ng
mundo**

**Hindi siya dapat maging negatibo sa kanyang
paligid
Kasabay nito**

**Hindi niya dapat hayaang bulagin siya ng
materyalismo**

**Upang hindi siya mawalan ng ugnayan sa kanyang
espirituwal na kalikasan**

**Hindi na niya matitikman ang mga saya ng
kaligayahan**

At nasasaksihan ang mga banal na liwanag

Mga Kayamanan ng Kaluluwa

Mula sa mga turo ng pantas na si Paramhansa

Yogananda

Ang mundong ito ay isa lamang panaginip
Kung paanong walang pangunahing pagkakaiba sa
pagtatanghal sa sine

Sa pagitan ng dagat at kalangitan, na mayroong
dalawang magkaibang antas ng pag-vibrate ng liwanag

Ganyan talaga sa mundong ito
Lungkot, saya, sakit, kasiyahan, init, at lamig ang mga
pangarap ng mundong ito

Nandito tayo ngayon at bukas ay bababa tayo na
parang mga ulap, mga anino lamang sa kosmikong
.panaginip

Ngunit sa likod ng panandalian at panandaliang
imaheng ito ay naroon ang walang hanggang espiritu
Ang ating mga kaluluwa ay mahalagang bahagi nito
Ang Diyos ang iisang katotohanan Dapat tayong laging
manalangin na huwag manaig ang mga tukso
Ang buhay ay isang kapansanan na humahadlang sa
ating kakayahang maalala siya

Kapag nananalangin ako sa ganitong paraan,
nakakakuha ako ng mas maraming resulta kaysa sa ibang
pagkakataon

Kung gayon, kahit na may mangyaring seryosong
bagay, hindi nito ako mapipigilan

Ang pag-iisip tungkol sa Kanya ay nagpaparamdam sa
akin ng kaligtasan at kapanatagan sa Kanyang banal na
presensya

Ang buhay dito ay tila tigang at magulo hanggang sa
makarating tayo sa baybayin ng kaligtasan

Kaya nga lagi kong sinasabi na narito ako upang
magpatotoo sa kahalagahan at kaluwalhatian ng kataas-
.taasang katotohanan

Hindi natin dapat iasa ang ating mga pag-asa sa mga
panandaliang makamundong tunguhin at marupok na
materyal na mga pagnanasa

Ang ganitong mga manipis na pagkakabit ay hindi
namamalayang naglalayo sa atin mula sa ating pangunahing
layunin

Kung paano rin tayo inilalayo nito sa ating tunay na
sarili

Ang kapaligiran ay lumilikha ng mga ilusyon sa mga tao
at nagpapakita sa kanila na sila ay dakila

Ang tunay na ambisyoso na tao ay dapat na
malampasan ang panandalian at pansamantalang
.kamalayan sa kapaligiran

Kinikilala niya ang katotohanan sa loob ng kanyang
sarili, kaya't ang katotohanang ito ang nagiging kanyang
kapaligiran

Kalikasan at ang tanging impluwensya sa kanyang
buhay

Hinihiling namin sa Diyos na bigyan tayo ng inspirasyon
ng patnubay at gabayan tayo patungo sa Kanya

At hanapin siya bago mo lisanin ang mundong ito

Anuman ang uri ng mga karanasang ating
pinagdadaanan at ang sakit na ating tinitiiis

Huwag tayong mawalan ng pag-asa na ang tulong ng

Diyos ay malapit na

At sinasagot Niya ang bawat panalangin na nagmumula

sa puso, na puno ng pananabik

Hindi niya pababayaang ang kanyang mga mahal sa
buhay o iiwan sila sa awa ng tadhana

Mas mahalaga kaysa sa ginto

Isang araw, habang ang isang ermitanyo ay gumagala
sa mga bundok, huminto siya upang uminom mula sa isang
maliit na batis, at ang kanyang mga mata ay napadpad sa
isang matibay na bukol ng purong natural na ginto na
kumikinang sa ilalim ng malinaw na tubig ng batis. Pinuno
niya ng tubig ang kanyang mangkok, inilagay ang piraso ng
ginto sa kanyang supot, at pagkatapos ay naupo sa tabi ng
.daan upang magpahinga

Sa sandaling iyon, isang binata ang sumulpot sa daan,
hinihingal dahil sa pagod. Lumapit siya sa ermitanyo at
sinabi rito, "Hindi ako kumain ngayon at mahaba pa ang
aking paglalakbay. Mayroon ka bang piraso ng tinapay na
"?maipapakain sa iyong kasama sa iyong paglalakbay
Sumagot ang ermitanyo, "May kagalakan at karangalan,
at ikinalulugod kong ibahagi sa iyo ang mga tinapay na
mayroon ako." Pagkatapos ay itinuro niya ang supot at
".sinabi sa kanya, "Kunin mo na lang kung ano ang mayroon
Habang kinukuha ng binata ang tinapay mula sa supot,
nahulog ang gintong bato, kaya sinalo ito ng ermitanyo at
.itinabi

Habang kumakain sila, ang binata ay patuloy na
nakatitig sa ginto, hinahangaan ang pag-uusap tungkol dito,
at binabati ang ermitanyo sa kanyang magandang kapalaran
at sa seguridad, kaligtasan, at kapayapaan ng isip na
.ibinigay sa kanya ng kanyang dilaw na bato
Nang tumayo ang binata upang magpatuloy sa kanyang
paglalakbay, ngumiti ang ermitanyo at inilagay ang bato sa
kanyang kamay
Labis na namangha ang binata sa biglaang kayamanang
ito na napunta sa kanyang mga kamay, at umalis siya nang
may labis na kagalakan, halos hindi na pinansin ang
.anumang bagay

Ngunit sa kabila nito, nagpatuloy ang mga kakaibang
kaisipan, gumugulo at bumabagabag sa kanya, at hindi niya
nagawang patahimikin o alisin ang mga ito sa kanyang sarili.

Bigla siyang nagbago ng landas at bumalik sa ermitanyo,
inilagay ang kanyang kayamanan sa harap ng kanyang
tagapag-ampon at, pagkatapos batiin ito nang may pagyuko
:na puno ng pasasalamat at paggalang, ay sinabi

Alam na alam ko kung gaano kahalaga ang batong ito"
na ibinigay mo sa akin, ngunit nararamdaman kong mayroon
kang isang bagay na mas mahalaga kaysa sa gintong ito, at
hinihiling ko sa iyo sa Diyos na maging bukas-palad ka sa
akin gamit ang bagay na taglay mo sa iyong mayamang
kaluluwa na nagbigay sa iyo ng pagkakataong ibigay sa akin

"!ang gintong ito

Sa panahon ng kasaganaan, nagpapasalamat ang mga
tao sa Diyos

Dahil sa Kanyang masagana at napakaraming biyaya

Ngunit kapag ang kapaligiran ay naging madilim

Dumating ang malas

Susundan ito ng reklamo at hinanakit

At karamihan sa atin ay nawawalan ng ating buhay na

pananampalataya

Sa Kanya na ang mga mata ay hindi natutulog

Tayo ang gumagawa ng mga sakuna at mahirap na

sitwasyon

Ang ating pokus at sentro ng atensyon

Kung maghahanap tayo ng positibong paraan palabas

Makakakita sana tayo ng kahit kaunting pag-asa

Dapat tayong magtiwala sa tulong ng Diyos

At Siya na lumikha sa atin ay hindi tayo pababayaan

Sa kabila ng mahirap na mga pangyayari

Ang pakikibaka ng buhay

At ang eksena ay madilim

Kung hihingi tayo ng banal na patnubay nang may lubos

na pagtitiwala, matatanggap natin ito

Sinumang may pananampalataya at tiwala ng mga bata
ay tatanggap ng tulong
Ang lahat ng elemento ng pag-iral ay magsasama-sama
Para makamit ang kanyang pangangailangan
Dapat nating maramdaman sa kaibuturan natin na tayo
ay nakikita

At ang tulong na iyan ng Diyos ay hindi nalalayo
Nauunawaan namin na ang optimismo ay umaakit ng
magandang kapalaran na parang magnet
Pagbibigay-diin sa maliwanag na bahagi ng buhay
Nagbibigay ito sa atin ng tiwala na ang kabutihan ay
umiiral at malapit lamang

At ang tagumpay na iyon ay nauukol sa liwanag, hindi
sa kadiliman at kasawian

Ang Diyos ang banal na kasama
Siya na hindi bumibitaw sa mga umaasa sa Kanya
At habang iniisip natin ang Kanyang pagiging malapit sa
atin, ang Kanyang proteksyon, at ang Kanyang tulong sa atin
Magbabago ang buhay para sa ikabubuti
Ang puso ay aapaw sa pasasalamat at pagpupuri
Sa Kanya na nasa mga kamay ang mga kayamanan ng
mga biyaya

At ang mga susi sa Paraiso
Pinaparusahan natin ang ating mga sarili sa
pamamagitan ng ating mga hindi makatwirang kilos
Ginagantimpalaan natin ang ating sarili para sa ating
wastong pag-uugali

Maling paggamit ng isip na ibinigay ng Diyos sa tao
Ito ay humahantong sa kasalanan, na siyang sanhi ng
sakit at pagdurusa

Tungkol naman sa wastong paggamit ng isip
Ito ay humahantong sa kabutihan, na siya namang
humahantong sa kaligayahan
Binigyan ng Diyos ang tao ng isip
at konsensya

malayang pagpapasya
Mga utos ng langit
Kung pipiliin niya ang tamang landas, siya ay
gagantimpalaan; kung hindi, siya ang mananagot sa mga
.bunga ng kanyang mga ginawa
Dapat siyang magbigay ng ulat tungkol sa kanyang
ginawa habang siya ay pansamantalang naninirahan
Sa lupang ito ng Diyos
Inabuso ng tao ang kalayaang ito na ipinagkaloob sa
kanya ng Diyos
Bilang resulta, nagdulot siya sa kanyang sarili ng
kamangmangan at pisikal at intelektuwal na sakit
Maagang pagkamatay at iba pang mga sakit
Kung ano ang kanyang itinanim, siya ang aanihin, at
.ang batas ng sanhi at bunga ay naaangkop sa lahat
Ang kasalukuyang mga araw ng isang tao ay
nakadepende sa kanilang mga nakaraang araw
Ang kanyang kinabukasan ay nakasalalay din sa kung
paano siya mamuhay
At ginugugol niya ang kanyang kasalukuyang mga araw
kasama ito
At sa kalidad ng mga butong itinatanim niya sa lupa ng
kanyang kamalayan
Kaya naman, ang tao, bagama't nilikha ayon sa wangis
ng Diyos
Taglay niya sa kanyang kaluluwa ang nakatagong banal
na kapangyarihan
Nawawalan siya ng karapatang gamitin ang mga
kapangyarihang iyon dahil sa kanyang mga pagkakamali
At ang mga paghihigpit na ipinapataw niya sa kanyang
sarili
Paglabag sa mga batas ng katwiran
Ang koneksyon ng kaluluwa sa pansamantalang
katawan, na madaling mabulok

At sumusuko sa mga impluwensya ng kapaligiran,
henetiko, o pandaigdigang
Isa ito sa mga sanhi ng kawalan ng pag-asa, pagkabigo,
paghihirap, at pagkabigo ng tao
Kaya naman, kailangan niyang itama ang kaniyang
landas
Muling inaayos niya ang kompas ng kanyang kamalayan
Kung gusto niyang makilala ang sarili niya
At muling nakikipag-ugnayan siya sa kanyang sukdulang
pinagmumulan
Pinupuno niya ang sisidlan ng kanyang buhay ng
kabutihan, liwanag, at kaalaman
Hindi kayang kontrolin ang karagatan sa isang pagputok
lang
Gayundin, ang limitadong kamalayan ng tao ay hindi
maaaring maglaman ng kosmikong kamalayan
Ngunit posible ito para sa mga sabik at nagsisikap na
makalaya mula sa mga paghihigpit
At pag-abot sa hangganan ng walang limitasyong
kabuuang kamalayan
At pinararami Niya sila mula sa Kanyang biyaya. At ang
Allah ay nagbibigay ng panustos sa sinumang Kanyang
.naisin nang walang sukat
Humingi ka at ibibigay ito sa iyo
Kumatok at ito ay bubuksan para sa iyo
Kung kayo ay mapagpasalamat, tiyak na dadagdagan
Ko kayo [ng biyaya]
Ang maling paggamit ng mga salita ay isa sa mga
pinakamapanganib at pinakamapanirang sandata
Ang isang pangunahing sanhi ng nerbiyos ay ang
malupit at nakasasakit na pananalita
Dapat iwasan ang tsismis o ang pakikisangkot sa mga
walang kabuluhang daldalan
Iwasan ang mga away at pagtatalo, at alisin ang mga
agresibong tendensiya

Kung ang mag-asawa ay magalit at ang isa sa kanila ay
pumukaw sa isa pa
Ang pinakamahusay na paraan ay ang paglalakad ng
ibang tao
At pigilin ang sarili sa pagsagot hanggang sa humupa
ang bagyo
At kung ang isa sa kanila ay magbitaw ng masasakit na
salita
Mas makabubuti para sa ibang tao na huwag tumugon
gamit ang mga katulad na salita
Sa halip, manatiling kalmado hanggang sa humupa ang
mga iniisip at lumamig ang kalooban
Kung sigawan ng asawang babae ang kanyang asawa at
tutugon ito ng malakas na sigaw, doble ang mararanasan ng
:asawang lalaki
Ang unang pagkakataon ay mula sa kanyang masasakit
na salita, at ang pangalawang pagkakataon ay mula sa
kanyang mapagpasyang mga salita
Kaya naman, pangunahin niyang sinasaktan ang sarili
niya
Maaari itong humantong sa diborsyo o iba pang hindi
kanais-nais na mga kahihinatnan
Dapat ding iwasan ang katigasan ng ulo o pagtrato sa
.iba nang may pagmamataas
Kasabay nito, hindi dapat masangkot sa pagtatalo at
away
Sa halip, dapat maghintay hanggang sa maibalik ang
.kahinahunan at sikolohikal na katahimikan
Huwag mong hayaang nakawin ng kahit sino ang iyong
kapayapaan
Huwag guluhin ang kapayapaan ng iba gamit ang
pasalita (o nakasulat) na mga pang-iinsulto
Ang maling paggamit ng mga salita ay isa sa mga
pinakamapanganib at pinakamapanirang sandata

Maaaring sabihin ng isang tao ang mga ganitong bagay
habang galit o kapag mataas ang emosyon
Gumagamit siya ng hindi naaangkop na wika, na ayaw
naman talaga niyang bigkasin, at pagkatapos ay nagsisisi
siya

Habang ang ibang tao ay maaalala ang mga salitang
iyon sa loob ng dalawampung taon
(Ang kalungkutan ay hindi madaling makalimutan)

Mula sa pananaw na ito, ang memorya ay isang
masamang bagay

Ang kapangyarihan ng memorya ay isang biyaya kung
gagamitin nang tama

Ngunit ito ay nakakapinsala kung gagamitin bilang
imbakan ng masasamang bagay

Na ginawa laban sa atin

Bilang paghahanda sa pagpasok sa paraiso ng
karunungan

Ang buong proseso ng ebolusyon ng tao ay naglalayong
pakalmahin ang mga bagyo ng kamangmangan

Upang ang alon ay makabalik sa dagat at muling
sumanib dito

Iyon ay, upang ang puwersa ng buhay ng tao ay
makaisa sa mas malawak na espirituwal na kaharian

Ang mga siyentipiko, negosyante, at mga repormador
sa lipunan ay patuloy na nagsisikap, nang hindi direkta, na
maghanda ng daan para sa pagbuo ng isang pandaigdigang
.pagkakaisa

Ang lahat ng mga paaralang siyentipiko, pilosopikal, at
moral ay taimtim na nagsisikap na tipunin ang palumpon ng
katotohanan mula sa mga hardin ng karunungan at
palamutian ang mga kaluluwa ng tao ng lahat ng pino,
kahanga-hanga, at kapaki-pakinabang bilang paghahanda sa
kanilang pagpasok sa walang hanggang paraiso ng
.karunungan

Sa pamamagitan ng mga ginintuang tuklas, direktang tinutulungan ng agham ang tao sa pamamagitan ng pagbibigay sa kanya ng mga pangangailangan at materyal na pangangailangan, at hindi direktang tinutulungan siyang itama ang ilan sa kanyang mga pananaw sa maraming . "himala" at mahiwagang penomena

Sinasabi sa atin ng agham na kapag binago ng tubig ang pagkakasunud-sunod ng panginginig nito dahil sa lamig, ito ay nagiging yelo na lumulutang sa ibabaw ng tubig sa halip na humalo dito o tumitigil sa ilalim tulad ng iba pang .solidong materyales

Ang penomenong ito ay nagmumungkahi sa mga siyentipiko na noong naglakad si Hesukristo sa ibabaw ng tubig, tiyak na binago niya ang mga panginginig ng kanyang katawan gamit ang mga sikolohikal na pamamaraan na alam .ng mga santo, propeta, at pantas

Upang madala ang sangkatauhan sa tahanan ng unibersal na pagkakaisa at kaligayahan, lahat ng materyal, moral, relihiyoso, industriyal, sosyo-politikal, at metapisikal na aktibidad ay dapat magsanib-puwersa at magkaisa ng .kanilang mga pagsisikap para sa layuning ito Posibleng magkasundo sa mga takdang pamantayan para sa mga pandaigdigang batas na may kaugnayan sa kalusugan, kapayapaan, kapakanan, edukasyon at mabuting moralidad at mga pamantayan para sa mga batas na espirituwal, sikolohikal at praktikal na maaaring magbigay sa bilyun-bilyong tao sa planetang ito ng pinagsama at balanseng paglago na angkop sa isang sibilisadong tao at .magbigay sa kanya ng kaligayahan at kapayapaan ng isip

Ang pandaigdigang mamamayan ay hindi dapat manatiling nakakulong sa isang maliit na buhay at isang maliit na katawan

Bagkus, itinuturing niya ang kanyang sarili na isang miyembro ng mas malawak na pamilya ng tao, na ginagabayan ng kosmikong buhay, at pinagninilayan niya

ang katotohanan na "ikaw ay isang mahalagang bahagi ng
"karagatan ng buhay

Ang kamalayan ay walang hanggan at walang
katapusan

Lumalawak ito kahit hanggang sa pinakamalayong mga
bituin

Tinatagos nito ang bawat atomo sa sansinukob

Kahit ang pinakamaliit na mga electron

Dapat maramdaman ng isang tao na sila ay kaisa ng

karagatan ng kosmikong kamalayan

At upang malampasan ang pamilya at nasyonalidad

Kinikilala niya na siya ay miyembro ng mas malaking

pamilya ng tao

Kagalakan sa pagitan ng monotony at pagkakaiba-iba

Ayaw mo ng kasiyahang halos pare-pareho at kulang sa

iba't ibang klase

Bagkus, gusto niya ng kagalakang dinamiko at masigla

Nakakaakit ito ng atensyon dahil sa pagiging kakaiba

nito

Binibighani nito ang isipan sa kanyang kadakilaan

At pinupuno nito ang puso ng tamis nito

Pinapanatili kang nasisiyahan at hinahangaan ng

kakaibang tamis nito

Kaligayahang dumarating nang paunti-unti

Nakakapukaw ito ng isipan ngunit hindi natutupad ang

mga pangarap

At ang mga kasiyahang nababahiran ng nakakabagot na

pag-uugali ay nagbubunga ng pagkabagot

At ang saya na panandalian lamang

Pagkatapos ay naglalaho ito, nag-iiwan ng

panghihinayang na isang di-ninana na kagalakan

At ang saya na kumislap at nawawala

Ang iwan kang nasa isang estado ng kalituhan at

kawalang-bahala ay isang saya na panandalian at masakit

Tungkol naman sa saya na pabago-bago nang ritmo sa
lahat ng oras
Gayunpaman, ang esensya nito ay nananatiling hindi
nagbabago

Parang isang bihasang aktor na nagbibigay-aliw sa
kanyang mga manonood gamit ang iba't ibang papel at
galaw

Ito ang hinahanap mo at gustong angkinin
Ang kagalakang iyan ay makakamit sa pamamagitan ng
pagninilay-nilay sa mga kababalaghan ng Diyos
At sa pamamagitan ng regular at malalim na
pagmumuni-muni

Ang panloob na pinagmumulan ng pangmatagalan at
panibagong kagalakan

Siya lamang ang may kakayahang pawiin ang iyong
uhaw sa kaligayahan

Ang espirituwal na kaligayahan ang tanging tunay na
kaligayahan

Na hindi ka magsasawa o hilig sa ibang bagay
Lahat ng ginagawa ng isang tao—mabuti man o
—masama

Ito ay isang patuloy at walang humpay na pagsisikap sa
paghahanap ng kaligayahan

Ang kasamaan ay nangangako ng kaligayahan ngunit
nagdudulot ng paghihirap at kapahamakan

Kung tungkol sa kabutihan, tila nagdudulot ito ng
kalungkutan

Dahil sa pangangailangan ng disiplina at pagpapagana
ng lakas ng loob

Ngunit tiyak na magdadala ito ng walang hanggang
kagalakan sa huli

Ang Diyos ang kagalakang nananatiling tapat at
nababago sa buong kawalang-hanggan

At kapag nahanap mo na ito, mararamdaman mo na
.natagpuan mo na ang pinakamahalagang bagay sa buhay

Hindi mo na kailangang habulin ang malikmata ng
"ibang bagay na iyon

Yung tila sa iyo ay hindi mo maabot o makuha
"Ang espirituwal na kagalakan ay "iba pang bagay
At sa tuwing mahahanap mo ito sa iyong sarili
Hindi mo na kailangang maghanap ng kaligayahan
At sa panibagong kagalakang iyon, matutupad ang
iyong mga hangarin

Nasa kanya na ang lahat ng pinapangarap niya
At alamin, mga kaibigan, na ang mga materyal na
bagay

Na nagbibigay ng kasiyahang hindi maiisip
At ang mga bagay na iyon, kasama ang mga kasiyahang
ibinibigay nila

Pumapasok ito sa isip sa pamamagitan ng mga imaheng
pangkaisipan

Gayunpaman, ang espirituwal na kagalakan ay ang
kamalayan ng kaluluwa

Kaninong kalikasan ang siyang tunay na kaligayahan
Ito ay matatagpuan malapit sa pag-iisip
Ito ay nagmumula pa nga sa pag-iisip kapag ang pag-
.iisip ay nakadirekta papasok habang nagmumuni-muni

Kapag nasira ang mga panlabas na bagay
Kung saang pag-iisip nakasalalay ang kasiyahan
Ang kaligayahang dulot ng mga bagay na iyon ay
nasisira rin

Ngunit ang espirituwal na kagalakan ay laging nababago
Ito ay umiiral sa loob ng kaluluwa at lumalaban sa
pagkawasak

At ipinapahayag na ang saya ay hindi mapapawi
Maliban na lang kung sadyang pipiliin ng isang tao na
baguhin ang kanilang kalagayang pangkaisipan
Pinapalalasap niya ang depresyon sa pamamagitan ng
pagpapakain sa nalulumbay na kalooban
Ang isa pang bagay na iyon

Nasubukan mo na bang intindihin ang "ibang bagay" na
?'yan

Parang isang malikmata na lumilitaw sa iyo at
sumasayaw sa likuran ng iyong nararamdaman
At paano naman ang katapusan ng lahat ng iyong

?natupad na mga pangarap

:Suriin ang bagay na ito

Hinahangad mo ang isang bagay hangga't hindi mo pa
ito nakukuha

Pero kapag naging available na ito sa iyo, maaga o huli
.ay magsasawa ka rin dito

?At may iba ka pang gusto, 'di ba

Kahit na ibigay sa iyo ng buhay ang lahat ng gusto mo
:nang sabay-sabay

Kayamanan, kapangyarihan, at mga kaibigan,
pagkaraan ng ilang panahon, makakaramdam ka ng kawalan
.ng kasiyahan

At may iba ka pang gusto, ngunit may isang bagay na
hindi nawawala ang kasariwaan nito

Ang ningning nito ay hindi kailanman magkupas para sa
iyo, ito ay kagalakan mismo

Sa lahat ng bagay na iyong hinahanap

At hinahangad nitong maabot at makamit ito

Direkta o hindi direkta

Naghahanap ka talaga ng kaligayahan

Sa pamamagitan ng pagtupad sa iyong mga hangarin

Ayaw mo ng mga bagay na nagdudulot sa iyo ng
kalungkutan

At ayaw mo ng mga bagay na magbibigay sa iyo ng
kaunting kasiyahan sa simula

Ngunit sa huli, ilulubog ka nito sa lalim ng
panghihinayang at pagsisisi

Kahit ano pa man ang hinahanap mo

Taimtim mo itong hinahanap nang may pananabik,
pananabik, kasabikan, at sigasig

Umaasa na makakamit ang kasiyahan sa pagkamit nito
Dapat maging masaya ka kapag naging iyo na talaga ito
Kaya bakit hindi direktang hanapin ang kagalakan at
?kunin ito mula sa mga pinagmumulan nito
Bakit ito hahanapin sa pamamagitan ng hindi kayang
?pisikal na pamamaraan
Para ibigay ito sa iyo nang dalisay, walang bahid, at
!walang anumang kakulangan
Kapag ang isang tao ay nagmamakaawa para sa habag
ng mga panandaliang materyal na bagay
Ang kanyang kaligayahan ay nakasalalay sa
panandaliang kasiyahan
Mga materyal na bagay at ang kasiyahang nagmumula
sa pagtupad sa mga materyal na pagnanasa
Ito ay pansamantala lamang, kaya ang kaligayahang
nakakamit dito ay panandalian lamang
Ito rin ay pansamantala
Kumain, umaamoy ng mga pabango, at nakikinig ng
musika
Nakakakita ng magagandang bagay at nakakahipo ng
mga bagay na kasiya-siya
Lahat ng panandaliang kasiyahan
Ang tagal nito ay nauugnay sa tagal ng pang-amoy at
panlasa
Pandinig, paningin at pandama
O hanggang sa mapagod ang isip
Naaakit siya sa ibang mga stimulant
Ayaw niya ng panandaliang saya
Nag-iiwan ito ng kalungkutan kapag ito ay itinapon
Bagkus, hinahangad niya ang isang kagalakang hindi
agad kumislap at pagkatapos ay naglalaho
At hinahangad ko ang isang kagalakan na ang ningning
ay hindi kailanman kumukupas
Puro, permanenteng radioactive radium

Ang kagalakang iyon ay tanging sa Diyos lamang
matatagpuan

Ang pinagmumulan ng lahat ng kagalakan at kaluguran

Ang araw ay sumisikat minsan sa isang araw

Ngunit ang kanyang presensya ay laging nagniningning

Ang sansinukob ay madaling mabulok, ngunit

Ito ay buhay na walang hanggan na nananatili

Nawa'y laging magbago ang kagalakan sa inyong mga

buhay

Ang pinagpalang lupang ito na ibinigay sa atin ng Diyos

Nais niyang temasahin natin ang kagandahan nito

At pinapanatili natin ito

Itinuturing natin itong isang biyaya na hindi dapat

sayangin o abusuhin

Naglalaman ito ng maraming kababalaghan at mga

!himala

Mga tuktok sa mga tuktok

At patong-patong

kapatagan at steppes

Mga dagat at ilog

mga kagubatan at kakahuyan

At mga disyerto na walang katapusang umaabot sa

lahat ng direksyon

Ito ay isang kosmikong teatro

Kung saan natutulog ang mga burol

At ang mga bangin na natatakpan ng niyebe ay naroon

Ang matataas na puno ay nakausli ang kanilang mga

leeg

Ang mga tigang na kabundukan ay bumabalik sa

kanilang luntian at kasaganaan

Ang mga marka ng panahon ay nakaukit sa mga

higanteng bato

Sino ang may kakayahang magbigay ng mga

?nakamamanghang tanawin

At paano naman ang mga nakasisilaw na tanawin ng
!Upang ito ng Diyos, nararapat ba itong ilarawan
Pinupuno nito ang puso ng kagalakan
At pinapaalab ang isipan ng isang libong imahinasyon
!Upang ipahayag ang bagay na hindi kayang ilarawan
Ang pagninilay-nilay sa mga kagandahan ng mundo ay
nagpapalakas sa pananampalataya ng nagmumuni-muni
Lumalampas ito sa mga batas ng kalikasan hanggang sa
hangganan ng kataas-taasang kamalayan
Kung saan ang pagkamalikhain ay hindi nagtatapos
At hindi ito natatapos sa isang hangganan
Ito ay hindi mauubos
:Minsan, may isang bata na nagsabi
Hindi ko alam kung ano ang ibig sabihin ng"
"pakiramdam ng isang tao na parang wala lang
Ito ang nararamdaman ng isang tao kapag
pinagninilayan ang mga kababalaghan ng Diyos
Na walang kapantay, sa iba't ibang bahagi ng mundong
ito
Ngunit iniisip ng tao na siya ang lahat
Alif at Ya
Ang simula at ang wakas
At isang tangkad na walang mas mataas na tuktok
May mga kahanga-hangang taas
At mga kalaliman na nagbibigay-inspirasyon sa
pagkamangha sa kaluluwa
At isang kalawakan kung saan ang entidad ay
natutunaw
At kasing sagana ng liwanag ng araw
At mga ilaw na humihimok sa isa na tumingala sa itaas
Kung mayroon lamang ang sangkatauhan ng isang
komprehensibong pananaw
Nakikita mo sa bawat direksyon
Upang mapagtanto ang mga hiwaga ng pagkamalikhain
na nakapaligid sa kanya

Kumalat na parang mga perlas na nakakalat
Sa malawak na lupain ng Diyos, may mga taong
nagmumuni-muni
Tunay nga, lahat ng nilikha ng Lumikha ay nagbibigay-
inspirasyon ng kamangha-mangha

Nakaka-inspire ito
Mga Kayamanan ng Silangan - Magasin sa Silangan-
Kanluran

Hinihiling namin sa Kanya, ang Kataas-taasan
Upang pawiin gamit ang mga kislap ng kaalaman
kadiliman ng mga ilusyon
At upang punuin ang mga puso at isipan
Sa pamamagitan ng kasaganaan ng mga biyaya at
kaalaman

At upang ang Kanyang pinakamaluwalhating presensya
ay maipakita sa mga kaluluwa

At ipinagkakaloob Niya sa kanya ang katiyakan
Ito ay isang ligtas na kanlungan
At pinapawi nito ang mga ulap ng kalituhan mula sa
kalangitan ng kaluluwa

At inilalayo tayo nito sa mga damdamin ng kawalan ng
pag-asa

At binibigyan tayo nito ng inspirasyon nang may
kumpiyansa na ang buwang-liwayway ng kaligayahan ay
sisikat

At ang mga kaluluwa ay magagalak
At ang mga ibon ng kapayapaan at kagalakan
Aawit siya sa mga kakahuyan ng buhay
Tatalunin ng pag-ibig ang poot
At ang maliwanag na pag-asa ay magpapawi sa dilim ng
kawalan ng pag-asa

At ang paglalakbay ng kabutihan ay magpapatuloy
Ang bandila ng katotohanan ay laging lilipad nang
mataas

Sa itaas ng mga monumento ng palakaibigang pag-
unawa

At marangal na damdaming pantao
O Manggagamot ng mga puso, mula sa Iyo nagmumula
ang kagalingan

Ang mga kaluluwa ay dinapuan ng mga sakit
Isang haplos mo ay nakapagpapaalis ng lason at sakit

Nawa'y maiwasan ang kamatayan at sakuna
Ang iyong pangalan ay isang anting-anting laban sa
kasamaan at kapahamakan

At isang panalangin na dinirinig ng langit
Paghahanda at
Wastong pagpapalaki: praktikal na mga pamamaraan at
kasanayan

Kabilang sa wastong mga pamamaraan ng pagiging
magulang ang pagpapaunlad ng kaalaman
At sinusubukang ma-access ang imbakan ng intuitive na
kaalaman

Ang nakatago sa loob ng kaluluwa at ang koneksyon ng
kamalayan ng tao dito

Hindi sapat ang isang buhay
Upang malaman ang lahat ng espirituwal at materyal na
bagay

Paggamit ng mga tradisyunal na pamamaraan ng
kaalaman

Umaasa lamang sa mga pandama
Pagsasanay ng pagiging mapagmasid at meditasyon

Nakakatulong ang mga ito upang mapaunlad at
mapahusay ang kakayahang intuitibo

Sa pamamagitan ng direkta at tiyak na persepsyon
Ang pagpapaunlad ng kaalaman ay dapat magsimula sa
maagang pagkabata kung maaari

Kung hindi iyon posible, maaari itong simulan anumang
oras

Bilang karagdagan

Ang mga bata at kabataan ay dapat tulungan hangga't
maaari

Sa pamamagitan ng pagtuturo sa kanila ng mga
,mabubuting pamamaraan ng pagiging magulang
Pagdidirekta ng kanilang mga kaisipan tungo sa mga
mithiin

At pinapakain ang kanilang mga damdamin ng mga
mararantal na damdamin

At turuan silang gumalang sa tungkulin
At makitungo nang tapat, nang may dignidad at
integridad sa kanilang sarili at sa iba
Kabilang sa mga mahahalagang aspeto ng disiplina sa
:sarili ay

Paglalakad at pag-upo nang tuwid ang gulugod
Upang mapadali ang walang harang na daloy ng
mahahalagang aktibidad sa katawan
Matuto at gamitin ang pokus ng isip upang mapaunlad
ang sariling karunungan
Pagsasanay sa malikhaing pag-iisip
Pagtupad sa mga tungkulin nang may taos-pusong
pagnanais

Pagkakaiba sa pagitan ng rasyonal at hindi rasyonal
Katotohanan at ilusyon
At palawakin ang saklaw ng pag-ibig
Mula sa pagmamahal sa sarili hanggang sa pagmamahal
sa pamilya

Mula sa pagmamahal sa pamilya tungo sa pagmamahal
sa komunidad

Mula sa pagmamahal sa bayan tungo sa pagmamahal
sa bayan

Mula sa pagmamahal sa bayan tungo sa pagmamahal
sa mundo

Mula sa pag-ibig sa mundo tungo sa pag-ibig sa Diyos
At sa kanilang espirituwal na paglago

Magagawa nilang ipalaganap ang kabutihan at
katotohanan sa lahat ng dako
At ang liwanag ng kabutihan na sumisikat sa kanila ay
mawawala
Ang kadiliman ng kasamaan ay nakapaligid sa kanila
Sa tulong Niya, Siya'y dakilain
Espirituwal na koneksyon sa mga mahal sa buhay na
pumanaw na sa mundong ito
Kung nais mong iparating ang iyong mga saloobin sa
iyong mga mahal sa buhay na lumisan na sa mundong ito
Tahimik na umupo sa iyong silid at magnilay-nilay sa
Diyos
At kapag nakaramdam ka ng kapayapaan sa iyong
kaluluwa
Ituon nang malalim ang pansin sa sentro ng espirituwal
na kamalayan sa harap
Alin ang sentro ng kalooban sa punto sa pagitan ng mga
kilay
Ipaabot ang iyong pagmamahal sa mga mahal sa buhay
na yumao na
Isipin sa sentrong iyon ang taong nais mong makausap
At magpadala sa kanyang kaluluwa ng mga biyaya ng
pagmamahal, mabubuting hangarin, at paghihikayat
Kung palagi mo itong gagawin
At hindi ka nawalan ng interes sa taong mahal mo
Tiyak na makakatanggap siya ng mga vibrations mula
sa iyong mga iniisip
Hindi sila nalilimutan ng mga taong nawalay sa kanilang
mga mahal sa buhay dito sa mundo
Gaya ng mga mahal nila sa buhay na hindi sila
nakakalimutan
At ang kanilang kamalayan ay nananatili, pinapanatili
ang alaala ng kanilang mga mahal sa buhay
Ang mga taong nag-iwan sa kanila sa mundong ito

At kapag gusto mong makatanggap ng tugon mula sa
mga mahal mo sa buhay
Ituon ang pansin sa puso, at kapag ang iyong pokus ay
umabot sa sapat na lalim
Maaari silang unang magpakita sa iyo sa mga
panaginip, at posible ito para sa kanila
Minsan paulit-ulit mong napapanaginipan ang parehong
bagay
Hindi lahat ng panaginip ay walang kahulugan
Kung ang iyong mga iniisip ay kalmado at maayos
Malalaman mong may isang taong sinusubukang
makipag-ugnayan sa iyo sa pamamagitan ng isang
panaginip
Sa espirituwal na pag-unlad, ang iyong mga mahal sa
buhay ay maaaring magpakita sa iyo sa mga pangitain
.habang nagmumuni-muni
Kapag ang isang tao ay umabot sa isang mataas na
antas ng espirituwal na pagsulong
Makikita niya ang mga kaluluwang yumaon sa harap
niya
Maraming halimbawa ng mga ganitong kaso
Ngunit ang tunay na espirituwal na pag-unlad ay dapat
munang mangyari
Siyang malalim na nagninilay sa Diyos
Ipapakita sa kanya ng Diyos ang lahat ng mga bagay na
ito
Sa halip na magdalamhati, umiyak, at makaramdam ng
pagkawala matapos ang pagkamatay ng mga mahal sa
buhay
Dapat natin silang padalhan ng pagmamahal na
kanilang mararamdaman
Pareho silang nagkakasundo ng parehong damdamin
Ngunit hindi natin dapat hilahin ang espiritu ng yumao
patungo sa atin

Sa pamamagitan ng ating mga di-makatwirang
damdamin

Mga makasariling pag-uugnay at matinding kalungkutan

"Sapat na ang sabihin sa taong aalis na, "Mahal kita

Magpadala ng mapagmahal na mga saloobin at

mabubuting hangarin sa mga taong hiwalay

Sa tuwing gusto kong gawin iyon

Ngunit kahit isang beses sa isang taon - sa isang

partikular na anibersaryo

:Sabihin sa kanila, nang may pag-iisip

Pagsasamahin tayong muli ng Diyos

Patuloy nating pagyamanin ang ating pagmamahalan at

pagtitibayin ang mga bigkis ng pagmamahalan sa pagitan

natin

Kung ipapadala mo sa kanila ang iyong mga

.palakaibigang saloobin ngayon, ipagpatuloy mo lang ito

Tiyak na makikilala mo sila balang araw, kung loloobin

ng Diyos

Matatanto mo na ang buhay sa lupa ay hindi lamang

ang lahat ng umiiral

Isa lamang itong kawing sa kadena ng iyong walang

hanggang relasyon

Kasama ang iyong mga mahal sa buhay na yumao na

Kaawaan nawa sila ng Diyos at puspusan sila ng

Kanyang liwanag at kasiyahan

Paalala: Ang pamamaraang ito ay walang kinalaman sa

mga sesyon ng mga tao, na hindi namin inirerekomenda,

kaya naman ang paglilinaw na ito ay

Pag-alis ng pagkapagod

Paalala: Ang impormasyon at payo na ito ay hindi

kapalit ng payong medikal, kaya naman ang paglilinaw na

ito ay

Dapat kasama sa diyeta ang mantikilya at gatas

Ang gatas ay dapat inumin nang hiwalay sa mga

pagkain

Mas mainam na huwag itong inumin kasama ng pagkain
Ang gatas ay may kapaki-pakinabang na mga katangian
ng laxative

Ngunit ang gatas ay nagdudulot ng produksyon ng
mucus

Alin ang hindi angkop para sa mga taong may problema
sa sinus

O mula sa sipon at sipon

Nalalapat din ito sa orange juice

Para sa mga dumaranas ng mga kondisyong ito

Marami sa mga dumanas nito ay nakahanap ng ginhawa

- - bilang tugon sa aking payo

Malaking pagpapabuti sa pamamagitan ng pag-alis ng

orange juice sa kanilang diyeta

(Habang sila ay nagdurusa sa kondisyong iyon)

Bagama't ang katas ng lemon ay may mahusay na mga

katangiang disimpektante

Ngunit pinapalala rin nito ang sinusitis

Walang mas nakakabusog (nakakabusog sa gutom)

kaysa sa tinapay na gawa sa

Ginawa mula sa bagong giling na harina ng buong trigo

Gayunpaman, dapat iwasan ng mga taong may plema

.ang mga starch

Maaaring kainin ang whole wheat bread pagkatapos

.itong ma-toast nang maayos

Ang pagtitibi ay isa pang sanhi ng pagkapagod, at ito ay

may kaugnayan sa akumulasyon ng mga lason sa katawan

Nakakaapekto ito sa pagkuha ng enerhiya mula sa

pagkain

Kung ikaw ay dumaranas ng paninigas ng dumi,

.gumamit ng natural na laxative kung maaari

Kung pananatilihin mong malaya ang iyong katawan

mula sa mga lason (dumi), hindi ka makakaramdam ng

pagod

Ang mga lason na naiipon sa katawan ang siyang
nagpaparamdam ng pagod sa isang tao
Ang mga droga at narkotiko ay nagdudulot din ng mga
pakiramdam ng panghihina
Halimbawa, inaalisan ng opyo ang inisyatiba ng mga
gumagamit nito
Wala silang ibang gustong gawin kundi ang magdaldal,
.matulog, at mangarap
Isa sa mga pinakaepektibong paraan upang maalis ang
pakiramdam ng pagkapagod
Ito ay upang mapanatili ang sekswal na sigla hangga't
maaari
Dahil ang labis na pagsasagawa niyan ay pag-aaksaya
ng malikhaing enerhiya
Ito ay nagdudulot ng malaking pagkawala sa kanila, sa
parehong pisikal at mental na antas
:Tinanong ng disipulo ang kaniyang gabay
Ano ang iyong interpretasyon sa espirituwal na entidad
?at ang kaalaman tungkol dito, ginoo
:Sumagot ang gabay
Ang espirituwal na entidad ay ang malay na kaalaman
sa mga espirituwal na pananaw at kapangyarihan
Gaya ng nararamdaman ng mga nilalang sa dagat
kapag sila ay nakalubog sa tubig
At ang mga ibon sa himpapawid ay napapalibutan ng
kalawakan
Ito ang pagkuha ng mahalagang enerhiya mula sa eter
ng kaluluwa
At isang pakiramdam ng kagalingan at sigla na
dumadaloy sa katawan
Binubuhay nito ang mga selula gamit ang elixir ng
buhay at binabago ang mga ito nang lubusan
:Pagkatapos ay nagtanong ang disipulo
?At ano ang paraan para makuha ang pagsusulit na iyon
:Sumagot ang gabay

Sa pamamagitan ng pagpapatibay sa sarili na ikaw ay
may espirituwal na kalikasan
At ang pisikal na entidad, sa kabila ng relatibong
realidad nito

Gayunpaman, ito ang panlabas na balat ng esensya ng
kaluluwa

At ang tubig ng buhay, na siyang bukal ng kaligayahan
Dumadaloy ito sa iyong mga nerbiyos, na nagdudulot sa
iyo ng karanasan ng euphoria, enerhiya, at pagkaalerto

:Nagpatuloy ang disipulo, at sinabi
?Ano ang mga hadlang sa pag-abot sa estadong iyon
:Ipinaliwanag ng gabay

Ang mga balakid na iyon ay nakasalalay sa
magkakasalungat na mga kaisipan at mapait na damdamin

At ang mga negatibong epekto na kumikilos bilang
mapaminsalang parasitikong damo
Tungkol sa halamang espiritu

Samakatuwid, ang larangan ng kamalayan ay dapat
linisin at dalisayin mula sa lahat ng karumihan

At upang bunutin ang mga tinik ng pagdududa mula sa
lupa nito, at patabain ito ng buhay na pananampalataya
Malalim na pananabik, kadalisayan ng intensyon, at
mabuting kalooban

May mga nakalalasong halaman na hindi pisikal na
dapat lipulin

Tulad ng poot, malisya, inggit, selos, takot, at iba pang
emosyon

Ang maninira, at nagtatanim ng mga binhi ng
pagmamahal, tiwala, pag-unawa, kadakilaan at katapatan sa
lugar nito

:Pagkatapos ay nagtanong ang disipulo
Ano ang pinakamahusay na paraan upang harapin ang
?mga problema sa buhay
:Sumagot ang gabay

Bawat kandado ay may susi, at bawat problema ay may
solusyon

At sinumang nagtataglay ng katalinuhan, pag-unawa,
lakas ng loob, at pagtitiis

Ang pagtitiwala sa tulong ng Diyos ay hahantong sa
paghahanap ng solusyon sa anumang problema

At huwag mong kalimutan na ang bawat mahirap na
problemang kinakaharap mo ay pagsubok sa iyong lakas

At upang mapalakas ang iyong loob at sa bawat
problemang malampasan, humakbang ka pasulong
Sa hagdan ng buhay, naghihintay sa iyo ang mga
dakilang tagumpay

Hinarap niya ang mahihirap na sitwasyon batay dito
Matutuklasan mong magkakaroon ka ng pang-unawa,
lakas, at kagalakan

Sa pamamagitan ng pagtagumpayan ang mga balakid
at pagkumpleto ng mga bagong yugto sa daan

At alamin, nawa'y dagdagan ng Diyos ang iyong
kaalaman, na ang lahat ng kailangan mo ay nasa iyo
Kung hihingi ka ng tulong mula sa Diyos nang may
pagpapakumbaba at katapatan, matatanggap mo ito

Ang mga pinto ng kabutihan at ang mga kayamanan ng
liwanag ay mabubuksan para sa iyo

Mga Kayamanan sa Silangan – Mga Repleksyon at
Patnubay

Panloob na Kultura ng Silangan-Kanluran

Pinagmumulan ng kapayapaan at liwanag

Sinabi ng guro, sa pagsasalita tungkol sa pakiramdam

:ng banal na presensya

Kung ang isang tao ay nabubuhay nang walang

kaalaman tungkol sa Diyos

Nang hindi naaapektuhan ang kanyang presensya

Ang buhay niya ay mapupuno ng panganib

At madaling kapitan ng mga mahirap na problema at

krisis

Hanggang sa ang sakit ay magbunga ng pagnanasa at
determinasyon

Upang matuklasan ang sikreto ng mga lihim at ang
pinagmumulan ng katahimikan at liwanag

Sa pamamagitan ng pagtuklas sa pinakadakilang sikreto

Alam niya ang kahulugan ng kalayaan, kaligayahan, at
kagandahan

Dapat baguhin ng isang tao ang pokus ng kanilang
buhay at ang sentro ng kanilang kamalayan

Mula sa materya hanggang sa espiritu

At mula sa "sarili" kasama ang mga limitasyon nito

Patungo sa walang hanggang emosyonal na dimensyon

Saka niya mapagtatanto na siya noon at ngayon pa rin

Sa mainit at mapagmahal na yakap ng walang hanggan

Kailangan din niyang pagsikapan na mapabilis ang pag-

unawa

Sa pamamagitan ng malalim na pag-iisip

At doblehin ang pagsisikap

At kapag ang banal na presensya ay dumampi

Malalampasan niya ang lahat ng balakid at hadlang

Na humaharang sa kanyang landas at pumipigil sa

kanya sa pag-unlad

Wala nang tao pagkatapos ng kamatayan

Mas malapit sa Diyos kaysa ngayon

Ang lawak ng kanyang kamalayan tungkol dito

pagkatapos ng kamatayan

Depende na lang kung gaano na karami ang alam niya

.tungkol dito ngayon

!Hindi na kailangang magpaliban o mag-antala

Ang pag-iisip tungkol sa Diyos ang pinagmumulan ng

lahat ng kaligayahan, pag-ibig, at kabutihan

Dinadala tayo nito sa direktang pakikipag-ugnayan sa

mga pinagpalang elementong iyon

At binubuhos Niya sa atin ang mga pagpapala ng

Pinakamaawain

Dapat nating isama ang espirituwal na elemento sa
ating gawain
At gawin ang gawaing nagbibigay ng pinakamahusay na
serbisyo sa iba
Isang taong mas mithiin ang maglingkod kaysa kumita
ng pera
Matutuklasan niya na ang buong buhay niya ay nagbago
para sa ikabubuti
Hindi siya iiwanang mag-isa, ngunit darating sa kanya
.ang tulong kung saan hindi niya inaasahan
Karamihan sa mga tao ay hindi nakakamit ang
kinakailangang balanse
Sa pagitan ng kanilang praktikal at espirituwal na buhay
Ang espiritista ay nangangailangan ng pera
Ang isang makamundong tao ay hindi mabubuhay nang
maligaya kung wala ang Diyos
Ang espiritista ay gumagawa, at ang kanyang mga kilos
:ay nagsasabi ng maraming bagay
"Binibigyan ako ng Diyos ng lakas at determinasyon"
Lumalakas siya at pinagpapala ng Diyos ang kanyang
mga pagsisikap
Ang taong makamundo ay gumagawa rin, ngunit
:sinasabi niya
Ako ang gumagawa ng lahat ng ito nang mag-isa, at"
walang sinuman ang may karapatang magbigay ng kredito
"sa akin
Nagdulot ito ng hindi inaasahang mga kahihinatnan sa
kanya
Ito ay matatagpuan sa Mahadhir
Lahat ng praktikal na aktibidad
Mapa-materyal man o espirituwal na layunin
Dapat itong nakabatay sa mga mabubuting prinsipyo
Ito ay nasa ilalim ng kontrol ng konsensya at ng balanse
ng katwiran
Kailangan ang balanse sa lahat ng ating ginagawa

Dahil ang kawalan nito ay nangangahulugan ng
paghihirap, sakit ng puso, at sakit ng ulo
Kung may mag-aanyaya sa isang grupo ng mga
mahihirap

Dahil walang sapat na pera para makabili ng mga
kinakailangang gamit para sa handaan

Nangangahulugan ito ng kawalan ng diskriminasyon
At ang kawalan ng kakayahang magplano nang maayos
Dapat nating maunawaan ang katangian ng
pangkalahatang sistema na namamahala sa ating mga kilos
Mali ang pagsamantala sa espirituwalidad upang

itaguyod ang personal na interes
Bagama't ipinapayong gumamit ng mga siyentipikong
pamamaraan

Upang maipalaganap at maitaguyod ang mga
mabubuting espirituwal na aral
Mayroong pangkalahatang batas para sa pagkamit ng
kaligayahan

Ang batas na ito ay permanente at hindi nagbabago
Ito ay palaging gumagana at nagbibigay ng
garantisadong resulta
at pagsunod o pagtupad sa batas na iyon

Tiyak na nangangahulugan ito ng pagkakaroon ng
kaligayahan

Sa kaniyang kahulugan ng kaligayahan, sinabi ni Master
:Paramahansa

Ang tunay na kaligayahan ay pangunahing nakabatay sa
sikolohikal na kalagayan ng isang tao

Ang kasiyahan, kasiyahan, kapayapaan, at katahimikan
ay mga palatandaan ng kaligayahan

Dapat sikapin ng isang tao na magkaroon ng mabuting
kalusugan

Ang aktibong isip
at ang mga pangangailangan sa buhay
Ang angkop na gawain

At mapagmasid na paghatol
At tamang pag-unawa
Hindi niya dapat hayaan ang sarili niya na
Sa pamamagitan ng pagsuko sa maling kapaligiran o
mga kondisyon
Madalas na hinabi ng mga tao ang mga cocoon na
nagbibigkis sa mga ito
At mamahalin ka niya gamit ang mga lubid na
gumagapos sa kanya
Dapat niyang maunawaan ang mga dahilan para sa mga
paghihigpit na iyon
Marahil ay maaalis nito ang mabagal na kumakalat na
impeksyon
Mula sa kanyang isipan at mula sa kanyang katawan
Ito ay magdudulot ng sikolohikal na pagbabagong-buhay
Ito ang nagbubukas ng daan tungo sa kaligayahan at sa
paglitaw ng espirituwal na kamalayan sa abot-tanaw ng
.kanyang buhay
At upang gisingin ang mga mahahalagang puwersa sa
loob niya
Dapat itaas ang kamalayan mula sa kaibuturan ng
kamangmangan
Sa taas ng pag-unawa at kaalaman
Sa kabila ng paniniwala ng isang tao sa kanyang sariling
kapangyarihang sikolohikal
Ngunit ang masamang kapaligiran ay may malinaw na
epekto
Kayang pahinain ang sarili niyang mga depensa
At pinagkaitan siya ng kaligayahang hinahanap niya
Kaya naman, kailangan niyang gawin ang lahat ng
pagsisikap
Upang lumikha ng isang malusog at angkop na
kapaligiran para sa kaligayahan
At upang hanapin ang walang hanggang espirituwal na
kagalakan

Sa halip na panandaliang kasiyahang pandama
Kung nais niyang alisin ang isang negatibong ugali na
nag-aalis sa kanya ng kanyang kaligayahan
Kailangan niyang iwasan ang lahat ng maaaring
Para alerto o gisingin ang ugali na iyon
Pagkatapos ay nililintang niya ang isang mabuting ugali
kapalit nito
Isinasagawa niya ito nang may seryosong sikolohikal na
pagsisikap
Hanggang sa maging mahalagang bahagi na ito ng
kanyang buhay
Kapag ito ay matatag at naging matatag
Ang masamang ugali ay hihina
At niluwagan niya ang kanyang pagkakahawak
Mararamdaman niya ang kaligayahan hindi pa niya
naranasan noon

Mga iluminasyon at katiyakan
Mga Aral ng Master Paramhansa Yogananda
Ang buhay sa esensya, mga bahagi, at mga
layunin nito

Ito ay isang palaisipan na mahirap intindihin,
ngunit hindi imposibleng malutas

Gamit ang ating progresibong pag-iisip, nilulutas
natin ang ilan sa mga misteryo nito araw-araw.

Mga aparatong nakabatay sa tumpak na mga
prinsipyong siyentipiko sa panahong ito

Tiyak na nagbibigay ito ng paghanga

Ang mga tuklas na dulot ng agham ay nagbibigay
sa atin ng mas malinaw na pananaw

Tungkol sa mga paraan upang mapabuti ang mga
kondisyon ng pamumuhay

Ngunit sa kabila ng lahat ng kagamitan,
imbensyon, at estratehiya na mayroon tayo

Tila tayo'y parang mga puppet pa rin sa kamay ng
tadhana

**At mahaba pa ang daan sa hinaharap
Bago tayo lumaya mula sa kontrol ng kalikasan
Ang pamumuhay sa awa ng kalikasan ay tiyak na
hindi kalayaan**

**Ang ating masigasig na isipan ay nalulula at
nakagapos ng isang pakiramdam ng kawalan ng
kakayahan**

**Kapag pakiramdam natin ay biktima tayo ng
baha, bagyo, o lindol**

**O kapag inagaw tayo ng mga pangyayari - nang
walang lohikal na dahilan**

**Ang mga mahal natin sa buhay na malapit sa
ating mga puso**

**Saka natin napagtanto na hindi pa pala tayo
nakakamit ng maraming tagumpay**

**Hindi namin nagawang malampasan ang mga
mahirap na sitwasyon**

**Sa kabila ng lahat ng ating pagsisikap na gawing
buhay ang gusto natin**

**May mga tiyak na kondisyon na palaging lilitaw sa
yugtong ito ng mundo**

**At mga pangyayaring ginagabayan ng isang
makapangyarihang kaisipan na kakaunti lang ang
ating nalalaman**

**Ito ay ganap na gumagana nang hiwalay sa aming
mga opinyon at gagawin**

**Ang pinakamahusay na magagawa natin ay
magtrabaho at gumawa ng ilang mga pagpapabuti**

Nagtatanim kami ng trigo at gumagawa ng harina

Ngunit sino ang lumikha ng unang binhi?

**Kumakain kami ng tinapay o kanin na gawa sa
harina**

**Ngunit sino ang nagbigay sa ating mga katawan
ng kakayahang tunawin ang mga ito?**

At paano gawing sustansya ang pagkain?

**Sa bawat sulok ng buhay
Tila mayroong isang kailangang-kailangan na
banal na kamay**

**Hindi natin mapamamahalaan ang ating mga
gawain kung wala ito**

**Sa lahat ng katiyakan na taglay natin
Hindi natin alam kung kailan titigil sa paggana
ang puso**

**Kaya naman ang pangangailangan ng matapang
na pagtitiwala**

**Sa pinakamataas na banal na kapangyarihan
At umaasa sa ating mas mataas na sarili
Nagmumula sa pangkalahatang kapangyarihang
iyon**

**Na siyang ating ginagaya
Dapat tayong magkaroon ng pananampalatayang
walang kapalaluan**

**At lumakad nang may kumpiyansa sa mga landas
ng buhay**

**Nang walang takot o panginginig
Nang walang higpit at pagkakakulong
Pagharap sa mga allergy**

**Ang pagdaig sa pagiging sensitibo ay isang
maselang sining, at ang pagkontrol sa bilis ng
reaksyon ng isang tao ay mahalaga para sa pagbuo
ng isang balanse at mahusay na personalidad.**

**Ang pagiging sensitibo ay nagmumula sa hindi
pagkakaunawaan, pagiging mababa ang antas ng
pagkatao, labis na pagmamataas, at labis na ego.**

**Kapag iniisip ng isang tao na nasaktan ang
kanilang damdamin, ang kaisipang iyon ay nag-uugat
sa kanilang isipan, pinupukaw ang kanilang mga
nerbiyos, na nagiging tensiyonado at rebelde. Ang
galit ay nag-aalab sa kanilang puso dahil sa mga
nasugatang emosyon. Gayunpaman, may ilang tao na**

may kakayahang kontrolin ang kanilang mga emosyon, kaya ang kanilang mga panlabas na palatandaan ay hindi lumilitaw sa kabila ng matinding galit sa loob nila. Ang iba naman ay nagpapahayag ng kanilang galit sa pamamagitan ng mga agarang reaksiyon, na makikita sa kanilang mga kalamnan sa mata at ekspresyon ng mukha, at sa pamamagitan ng matalas at naka-code na mga tugon sa salita.

Ang labis na emosyonalidad ay may malubhang kahihinatnan; pinapalala nito ang sitwasyon at lumilikha ng hindi kanais-nais na kawalang-tatag na negatibong nakakaapekto sa iba.

Dapat magsikap na magpigil sa sarili at maging mahinahon, upang magkaroon ng kapaligiran ng pagkakaunawaan at pagkakasundo na nagtataguyod ng kapayapaan sa halip na tensyon at nagpapaalis ng usok ng stress. Ang mga gumagawa nito ay magiging mga panginoon ng kanilang sariling kapalaran at gagantimpalaan ng pagpapahalaga at paggalang mula sa mga nakapaligid sa kanila.

Ang labis na pagiging sensitibo ay isang katangiang taglay ng karamihan, at kapag ang hindi makatwirang emosyong ito ay sumiklab, binubulag nito ang kaunawaan at pinalalabo ang mga mata ng karunungan. Ang mas malala pa, ang taong sobrang sensitibo ay naniniwala na sila ay nag-iisip, nakakaramdam, at kumikilos nang perpekto, gayong sa katunayan ang kanilang pag-uugali ay maaaring ganap na mali!

Maraming tao ang naniniwala na dapat nilang kaawaan ang kanilang sarili kapag pinupuna, at ang pagkaawa sa sarili ay nagbibigay sa kanila ng kaunting ginhawa. Ngunit tulad ng mga adik sa droga, habang tumatagal ang kanilang paggamit, lalong lumalakas ang kanilang adiksyon.

Ang isang sensitibong tao ay kadalasang nagdurusa nang walang kabuluhan. Kadalasan, walang nakakaalam ng sanhi ng kanilang pagdurusa o uri ng kanilang hinaing, na humahantong sa pagtaas ng dalamhati sa kanilang sariling pagpapabaya. Walang makakamit sa pamamagitan ng tahimik na pag-iisip sa kanilang nakikitang insulto o kritisismo.

Pinakamainam na alisin ang mga sanhi ng naturang hypersensitivity sa pamamagitan ng obhetibong pagsusuri at sa pamamagitan ng pagpapagana ng pagpipigil sa sarili.

Ang ganitong uri ng hindi malusog na allergy ay may malulubhang kahihinatnan; nilalamon nito ang puso na parang apoy at sinisira ang mga tisyu ng kapayapaan. Kaya, dapat itong harapin nang matalino, lohikal, at may matatag na kalooban.

Kalayaan mula sa kahinaan

Ang pinakamahusay na paraan upang maalís ang kahinaan

Hindi naman nya iniisip yun

Kung hindi, ang ideya ng kahinaan ay lalaganap sa kamalayan at mangibabaw sa mga kakayahan ng kaluluwa.

Kapag dinadala natin ang liwanag sa loob natin

Ang kadiliman ay maglalaho na parang hindi kailanman umiral

Ang ideyang iyon ay nagbibigay sa akin ng magagandang inspirasyon

Kapag ipinakilala ang liwanag

Sa isang kuweba na tinitirhan ng kadiliman sa loob ng libu-libong taon

Ang kadiliman ay agad na maglalaho

Gayundin, ang mga kahinaan ay naglalaho, at kasama nito, ang mga pagkakamali

Kapag hinayaan nating makapasok ang liwanag ng Diyos sa ating kamalayan

Ang kadiliman ng kamangmangan ay hindi na mananatili

Iyan ang pilosopiyang dapat nating isabuhay

Walang silbi ang pagpapaliban

Ang gulong ng buhay ay hindi kailanman humihinto

At mabilis na lumipas ang mga araw ng buhay

Bawat minuto ay ginugugol natin sa pag-iisip nang malinaw at pagkilos nang matalino

Ito ay isang matagumpay at kapaki-pakinabang na pamumuhunan sa larangan ng ating kaligayahan.

Marami ang gumugugol ng kanilang buong buhay

Iniisip ang pera, kasarian, at katanyagan

Bihira silang magpokos sa mga mahahalagang bagay

Na siyang magbibigay sa kanila ng kapayapaan ng isip

At itaas ang kanilang kamalayan sa mas mataas na antas

Gaano man kaliit ang papel na ginagampanan ng isang tao

Siya ay itinuturing na matagumpay sa paningin ng Diyos

Kung alam niya kung paano gugulin nang matalino ang kanyang oras

Itinuturo niya ang kanyang mga iniisip sa tamang direksyon

Kapag ang liwanag ng Diyos ay sumisikat sa tao

Pakiramdam niya ay wala siyang kailangan

Dahil sa tuwa na bumabalot sa kanya

Nakakamit niya lahat ng kanyang mga pangarap

At pinaparamdam nito sa kanya ang kaibuturan ng kanyang puso

Siya ang pinakamayaman sa lahat ng mayayaman at ang pinakamasaya sa lahat ng masaya

Sa buhay na ito

Tunel ng Liwanag

Siya na gumigising sa espirituwal na kamalayan

Gamit ang mga naliwanagang ideya

Mga gawaing pangkawanggawa

Magandang damdamin

Malalim na pagmumuni-muni

Ramdam niya ang paglabas nito sa katawan

Oras para sa huling pag-alis

Sa pamamagitan ng espirituwal na paningin

Ang yogi ay nagsasagawa ng mga gawain habang siya ay naninirahan sa lupa

Espirituwal na Pananaw sa Tunel ng Mata

Sa linya ng paghahati

Sa pagitan ng materya at espiritu

Maaari na niyang iwan ang Daigdig ngayon din

Pagpasok sa maliwanag na tunel na ito

At ang paglipat mula sa mundong ito

Patungo sa walang hanggang espasyo ng Diyos

Kung saan ang liwanag

At kagalakan

Kapayapaan

ganap na kalayaan

Ang ilawan ng katawan ay ang (espirituwal) na mata

Kung ang iyong mata ay nag-iisa

Kung magkagayo'y mapupuno ng liwanag ang buong katawan mo

{ At ang ilaw ay nagliliwanag sa kadiliman, at hindi ito nakikilala ng kadiliman }

altruismo

Ang altruismo ay ang pagdamay sa kalungkutan ng iba

At para mapalapit at makipag-ugnayan sa kanila Taos-puso naming sinisikap na aliwin sila sa kanilang pagkawala

**At tayo'y magalak sa kanilang kagalakan
Nagsusumikap kami sa abot ng aming makakaya
Upang ilayo ang multo ng takot,
pangangailangan, at pagkabalisa mula sa kanila
Mga taong nagtatrabaho para mapasaya ang iba
Nawa'y bigyan siya ng Diyos ng panloob na
pakiramdam ng sikolohikal na ginhawa**

**At kung may mawala siya sa pagtugis sa mga
taong sinusubukan niyang tulungan**

**Hindi niya ito itinuturing na kawalan dahil may
nakukuha siyang kapalit**

**Kaluguran at kapayapaan ng isip ng Diyos
Nabubuhay siya upang magmahal, magtrabaho,
at magbigay**

**Naghahasik siya ng mga binhi ng kabutihan at
kapayapaan sa mga bukid ng sangkatauhan**

**Ang kanyang mga iniisip at nararamdaman ay
lumalampas sa kanyang personal na mundo**

**Lumalawak ang kanyang kamalayan at tumataas
ang kanyang empatiya**

**Pakiramdam niya ang mundo ang kanyang
tahanan at ang sangkatauhan ang kanyang pamilya**

**Nauunawaan niya na ang layunin ng kanyang pag-
iral sa mundong ito**

**Kailangan niyang baguhin ang sarili niya bago
niya subukang baguhin ang iba**

**Dahil ang mga taong nagpapabuti sa kanilang
sarili ay nakakatulong sa iba**

**Upang baguhin ang kanilang mga sarili sa
pamamagitan ng halimbawa ng kanyang buhay**

**Ang mga kilos ay may mas malalim na epekto at
mas malalim na epekto**

Sa isip ng iba, mula sa mga salita

Sino ang nagtataglay ng diwa ng altruismo?

Hindi ito gumagana ayon sa limitadong mga kalkulasyon at inaasahan

Sa halip, ginagamit niya ang kaniyang kaunawaan at mahusay na pagpapasya

**Patuloy niyang tinutulungan ang sarili at ang iba
Nagpapasalamat sa Diyos sa tagumpay na kanyang nakamit**

At kung siya ay mabigo nang isang beses o ilang beses

Hindi siya nasisiraan ng loob, bagkus ay nagiging mas determinado

Dinoble niya ang kanyang pagsisikap at sumubok muli

Paggalugad ng mga bagong ideya at channel

Ginagabayan ng liwanag ng katwiran

Sa tulong ng Diyos

Hanggang sa makamit niya ang kanyang layunin

Nakakamit niya ang kanyang marangal na layunin

Mga Iluminasyong Silangan-Kanluran

Mula sa mga turo ng pantas na si Paramhansa

Yogananda

Paghahanda at

**Ang pag-iisip ay isang puwersa, tulad ng kuryente
mga kondisyong sikolohikal**

Ito ay bumabalik sa pag-iisip at paraan ng pag-iisip

Ang kuryente ay kapwa kapaki-pakinabang at nakakapinsala

Kaya sino ang nakakaalam kung paano ito haharapin?

Inilalagay niya ito sa kanyang paglilingkod

Kung hindi, baka makuryente siya nito.

At naisip din

Kung ito ay itinuturo sa tamang landas

Nagdudulot ito ng kaligayahan sa may-ari nito

**Kung hindi, magdudulot ito sa kanya ng problema
Ang pag-iisip ay parang isang kabayong ligaw
Gayunpaman, hindi imposibleng paamuin ito
Ang positibong pag-iisip ay isang paraan upang
makontrol ang iyong mga iniisip**

**Ang matinong pag-iisip ay isang matalik na
kaibigan**

**At ang isang may sakit na pag-iisip ay isang
palaging kaaway**

**Ang matinong pag-iisip ay umaakit ng
kapayapaan at seguridad**

**At ang isang may sakit na isipan ay naglalabas ng
mga nakamamatay na palaso**

**Doble ang pagtalbog nito sa may-ari nito
Kaya nga may kasabihan, ang gantimpala ay
kapareho ng gawa**

**Hangga't ang isang tao ay nagpapadala ng
mabuting intensyon**

**Ang kanyang mga ideya ay magiging mga sulo
Liwanagin ang mga silid ng kaluluwa**

**At itaboy ang mga bunton ng kadiliman
Pagkatapos ay nakaramdam siya ng matinding
ginhawa**

**Kumislap ang mga mata niya sa ngiti ng
kasiyahan!**

**Ang buhay ay parang gilingan na gumiling
Mga tabletas sa pagsubok at mga mabungang
eksperimento**

**Para gumawa ng tinapay mula rito
Parang isang paliko-likong kalsada
Sa mga gilid nito ay may malalagong bulaklak
maliwanag na mga paru-paro
At mga punong may masasarap na bunga sa
kanilang mga sanga
Gayunpaman, bihira tayong huminto**

**Tangkilikin natin ang kanyang tanawin at lasapin
ang kanyang tamis**

**Sa katunayan, madalas tayong nahihirapan
Para ma-access ang mas malawak na mga lugar
Sa tingin namin ay mas maganda ang mga
tanawin nito kaysa sa aming nakita**

**Ngunit habang unti-unti tayong lumalayo
Tungkol sa mabulaklak at mabungang mga landas
Nakakatagpo tayo ng mga puno kung saan may
kadiliman**

**Higit pa sa pagiging bago
Pagkatapos ay nawawala ang mga bulaklak
At kasama nito, mga paru-paro at mga prutas din
Pagkatapos ay matatagpuan natin ang ating mga
sarili sa tigang na disyerto**

**Ang buhay ng tao ay parang tubig sa dagat
Na dinadalisay at nagiging matamis
Kapag umakyat ka lang sa itaas na atmospera
Parang panaginip sa umaga
Mas lumiliwanag ito sa pagtanda
Ang dahilan ay dahil ang mga bagay ay lumilitaw
na mas malinaw at mas natatangi**

**Parang isang paglalakbay na nagbabago ang
tanawin habang nalalakbay ang mga distansya**

**Pagkatapos ay nagbabago ang parehong tanawin
habang papalapit tayo rito, at iba pa**

**Hindi binibigo ng buhay ang matalino
Dahil mahusay nila itong hinahawakan at
nasisiyahan sila rito**

**Nang hindi hinahayaang kontrolin sila nito at
pagkaitan ng kanilang kalayaan**

**Halimbawa, nasisiyahan sila sa tubig
Iniinom nila ito at naliligo rito, ngunit hindi nila
hinahayaang malunod sila rito**

Nasisiyahan sila sa mga damit na gusto nila

**Nang walang labis na pagsunod sa mga
pormalidad at pormalidad na itinuturing na mababaw
Nasisiyahan silang kumain nang hindi
hinahayaang lamunin sila ng katakawan**

**Dahil ang sobrang pagkain ay nakakaubos ng
enerhiya**

**At nilalamon nito ang mga pananaw
At wawasakin niya ito nang lubusan
Kaya dapat masiyahan ang isang tao sa buhay
Ngunit nang hindi napapagod ang mga pandama
sa pamamagitan ng paglulubog**

**pakikisama sa iba
Ang kanilang kasunduan ay hindi
nangangahulugan ng lahat**

**O pagsasakripisyo ng mga mithiin para sa
kanilang kapakanan**

**Dahil ang ganitong paraan ng
pakikipagkompromiso ay hindi kanais-nais**

**Hindi ito naaayon sa katotohanan
Hindi nagkasundo ang mga repormador at ang
mga dakilang tao**

**Sa dami ng tao sa paligid nila
Gayunpaman, pinanatili nila ang kanilang mithiin
Dahil napagtanto nila na ang kanilang ginagawa
ay**

**Tamang-tama iyon
Hindi dapat ikompromiso ang prinsipyo
At hindi gumagamit ng mga lihim na motibo
upang makamit ang isang tiyak na layunin
Dahil hindi iyon nararapat sa mga taong may
prinsipyo**

**Sino ang maaaring mamuhay sa paraang
nakalulugod sa Diyos?**

**Huwag manakit ng iba, dahil wala silang dapat
ikatakot**

Una sa lahat, dapat na naaayon ang isang tao sa Diyos

Pagkatapos ay may konsensya, at pagkatapos ay may mga tao

Ngunit kung ang pamamaraang ito ay hindi nakakapagbigay-kasiyahan sa iba

Sapat na para sa isang tao ang maging mapayapa sa loob ng kanyang sarili

Nakakaramdam siya ng panloob na kapayapaan na siyang dahilan kung bakit siya malaya sa pagsang-ayon ng mga tao

espirituwal na magnetismo

Ang lakas ng kaluluwa at ang pagnanais nitong bumaling sa Diyos ay tinatawag na espirituwal na magnetismo, at sa pamamagitan ng magnetismong ito, ang kaluluwa ay umaakit sa sarili ng mga pagpapala, kahanga-hangang mga vibrations, at lahat ng mabubuting karanasan ng tao na nagpapaalala dito ng kabutihan at katuwiran.

Ang espirituwal na magnetismo ay ang kapangyarihang ginagamit ng isang tao upang makaakit at makapagdala ng mabubuting kaibigan, mga kinakailangan at mahahalagang bagay, at intuitibong kaalaman sa mga bagay-bagay.

Ang kapangyarihang ito ay nagmula sa magnetiko at kaakit-akit na kapangyarihan ng Diyos

Kandila ng Kapayapaan

Kumuha ng palayok sa pag-iisip

Punuin mo ito ng iyong kapayapaan

Kunin mo ang bote ng aking nararamdaman

Punuin ito ng iyong awa

Kunin ang aking walang laman na basket ng kaluluwa

Punuin ito ng mga bunga ng iyong karunungan

Ibuhos mo ang tubig ng iyong pag-ibig sa aking kaluluwa

**Ibubuhos ko ito sa mga tasa ng kaluluwang uhaw
Gibain ang mga pader ng ego
Ilubog mo ako sa iyong ganap na presensya
Ang sinag ng bukang-liwayway ng pag-ibig
Hayaan siyang sumilip mula sa bukana ng aking puso**

Ipinapaalala nito sa akin ang sikat ng araw ng iyong pag-ibig

**Kumalat sa kalangitan ng aking buhay
Ang nagniningning na liwanag ng iyong pag-ibig ay sumikat na**

**Sa aking sarili, at ito ay naliwanagan
Pinuno ng iyong liwanag ang aking espirituwal na espasyo**

**Ikaw ang buhay na bumubuhay sa aking katawan
At ang isip na nagbibigay inspirasyon sa aking mga iniisip**

At ang karunungan nag-aalis ng aking kamangmangan

Sinindihan ko ang manipis na kandila ng aking pag-ibig

**Para basahin ang ginintuang aklat
Napanatili sa loob ko mula pa noong unang panahon**

**Ang pag-ibig mo noon at hanggang ngayon
Ang di-nakikitang kandila ng kapayapaan
Na siyang nagtataboy sa dilim at nagpapakita sa akin ng iyong mga mensahe**

**Ang blog ay nasa mga pahina ng mga puso
Isang Bagong Mundo: #Paramhansa Yogananda**

Pagsasalin: Mahmoud Abbas Masoud

Kapag sinubukan mo ang iyong mga espirituwal na paniniwala, isang bagong mundo ang magbubukas. Mahalaga ang pagsisikap sa pagkilala sa Diyos. Maaaring maramdaman mong lubos kang relihiyoso, at maaaring kuntento na ang iyong isipan doon. Ngunit maliban kung ang iyong pagkatao mismo ay kumbinsido na ang iyong mga panalangin ay direktang sinasagot, walang anumang pormalidad sa relihiyon ang makapagliligtas sa iyo. Bagama't maaaring mahirap matanggap ang tugon ng Diyos, posible. Upang matiyak na tunay kang makakarating sa Langit, dapat mong subukan ang kapangyarihan ng iyong mga panalangin upang ma-activate mo ang mga ito. Noong bata pa ako, napagpasyahan kong sasagutin ang aking mga panalangin tuwing babaling ako sa Diyos sa pagsusumamo. Ang matibay na determinasyon ang siyang paraan. Kung gayon, darating ang bawat pagsubok upang pahinain ang iyong determinasyon at paralisahin ang iyong kalooban, ngunit ang kapangyarihan ng Diyos na sumagot ay walang hanggan. Ang patuloy na pagsisikap at ang patuloy na paggamit ng determinasyon ay magdudulot ng tugon ng Diyos.

Mahalagang matutunan ang tamang paraan ng pagtutunon ng isip. Mahalaga rin na magkaroon ng sapat na oras para sa pag-iisa at pribadong pagninilay-nilay. Ang patuloy na pakikipag-ugnayan sa iba ay humahadlang sa espirituwal na paglago. Karamihan sa mga tao ay parang mga espongha; sinisipsip nila ang lahat mula sa iyo, at bihira kang makatanggap ng anumang kapalit. Siyempre, kapaki-pakinabang ang makasama ang iba na taos-puso at malakas sa espirituwal. Kung ang bawat tao ay may kamalayan sa lakas, katapatan, at kalooban ng iba,

ang mga mararangal na espirituwal na katangian ay maaaring ibahagi sa kanila.

Hindi dapat sayangin ang oras sa mga walang kwentang bagay. Maraming tao ang abala sa mga walang kwentang bagay, at kung tatanungin mo ang isa sa kanila kung ano ang kanilang ginagawa, ang isasagot nila ay, "Abala ako palagi!" Pero halos wala silang maalala tungkol sa "trabahong" iyon! Bukod pa rito, ang labis na paglilibang at paglilibang ay nagpapahina sa isipan. Kung manonood ka ng pelikula araw-araw, mawawala ang kanilang dating at magsasawa ka. Pare-pareho lang ang mga pelikula, may iba't ibang papel: magkasintahan, pakikipagsapalaran, bayani, kontrabida, atbp. Maaaring masiyahan tayo sa panonood ng takbo ng pelikula, ngunit bihirang ganito ang buhay. Sa kabilang banda, kung masyadong makatotohanan ang buhay, sino ang gugustuhing makakita ng higit pang mga pangyayari sa buhay tulad ng kung paano sila nagpapahinga?

Ang buhay ay lubhang mapanlinlang, at dapat natin itong lapitan nang ganito. Kung hindi muna natin malalampasan ang mga panlilinlang at ilusyon nito, hindi natin matutulungan ang iba. Sa pag-iisa ng isang nakatutok na isipan ay naroon ang pabrika ng lahat ng dakilang tagumpay. Tandaan ito. Sa kamangha-manghang pabrika na ito, patuloy na habihin ang mga huwaran ng iyong kalooban upang malampasan ang bawat sumasalungat na balakid. Sanayin at pinuhin ang iyong kalooban nang palagian. Marami kang mga pagkakataong magtrabaho sa pabrika na ito araw at gabi, basta't hindi mo sayangin ang iyong oras at lakas.

Sa gabi, lumalayo ako sa mga makamundong hinihingi upang mapag-isa sa aking sarili, malayo sa mundo, sa aking espirituwal na pag-iisa kasama ang aking kagustuhan. Doon, ginagabayan ko ang aking mga iniisip sa direksyon na aking ninanais at gumagawa ng mga desisyon sa aking sarili. Pagkatapos, hinihimok ko ang aking kagustuhan na makisali sa mga maayos at kapaki-pakinabang na aktibidad na magdudulot sa akin ng tagumpay. Sa ganitong paraan, maraming beses ko nang ginamit nang epektibo ang aking kagustuhan. Ngunit ito ay nakakamit lamang sa pamamagitan ng patuloy na paggamit ng kagustuhan.

Kay gandang pakiramdam ang masabi at mapatunayang, "Ang aking kalooban, na puspos ng pangkalahatang kalooban, ay makakamit ang aking ninanais!" Kung ikaw ay magiging kampante at ipagkakatiwala ang lahat sa banal na kalooban nang hindi ginagamit ang iyong sariling kalooban, na ipinagkaloob sa iyo ng Diyos, hindi mo makakamit ang ninanais na resulta. Nais ng banal na kapangyarihan na tulungan ka nang kusa. Hindi mo na kailangang magmakaawa o magmakaawa; sa halip, dapat mong gamitin ang iyong kalooban upang humingi at humingi—bilang isang karapat-dapat na tagapagmana—at kumilos nang naaayon. Dapat mong alisin sa iyong isipan ang kaisipan na ang Diyos, sa Kanyang kapangyarihan at sukdulang kapangyarihan, ay malayo at nakatago sa pinakamalayong bahagi ng langit, at ikaw ay nag-iisa sa gitna ng mga alalahanin at paghihirap sa mundong ito. Tandaan na ang banal na kalooban ay nasa likod ng iyong kalooban bilang tao, ngunit ang makapangyarihang kapangyarihang iyon, tulad ng isang walang hanggan na karagatan, ay

hindi darating sa iyo maliban kung ang iyong isip ay bukas at ang iyong puso ay bukas.

Pagkabahala: mga sanhi at paggamot nito

Ang nerbiyos ay isang karamdaman na maaaring malampasan sa pamamagitan ng isang partikular na lunas na tinatawag na katahimikan. Ang kawalan ng balanse sa ating pag-iisip na humahantong sa mga sakit sa nerbiyos ay sanhi ng mga estado ng patuloy na pagpukaw o labis na pagpapasigla ng mga pandama. Ang paglulubog sa sarili sa mga alalahanin, takot, galit, malungkot na damdamin, panghihinayang, inggit, kalungkutan, poot, hinanakit, pagkabalisa, at ang kakulangan ng mga pangangailangan para sa isang normal at masayang buhay—tulad ng wastong nutrisyon, angkop na ehersisyo, sariwang hangin, sikat ng araw, angkop na trabaho, at isang tiyak na layunin sa buhay—ay pawang mga salik na nakakatulong sa mga sakit sa nerbiyos.

Anumang matindi o patuloy na mental, emosyonal, o pisikal na estimulasyon ay nagdudulot ng matinding pagkabalisa at nakakagambala sa balanseng daloy ng puwersa ng buhay sa pamamagitan ng limang pandama at ng kanilang mga kakayahan. Kung ikinonekta mo ang isang 50-watt na bumbilya sa isang 2,000-volt na pinagmumulan ng kuryente, ang bumbilya ay matutumba. Gayundin, ang sistema ng nerbiyos ay hindi idinisenyo upang mapaglaban ang mapanirang puwersa ng matinding emosyon o patuloy na negatibong mga kaisipan at damdamin.

Ang nerbiyos ay hindi isang simpleng problema. Ito ay isang matinding kaaway, na may malulubhang

komplikasyon at malalayong epekto. Sa pisikal na aspeto, mahirap gamutin ang anumang sakit na pinalala ng nerbiyos. Sa espirituwal na aspeto, ang kawalan ng balanse ng mahalagang enerhiya sa katawan ay nagpapahirap sa konsentrasyon o malalim na pagmumuni-muni upang makamit ang kapayapaan at karunungan.

Mabuti na lang at magagamot ang nerbiyos. Ang isang taong dumaranas ng ganitong kondisyon ay dapat handang suriin ang kanilang sitwasyon at alisin ang mga mapaminsalang emosyon at negatibong kaisipan na unti-unting lumulukob sa kanila. Ang pagsusuri sa sarili ng mga problema ng isang tao at pagpapanatili ng kahinahunan sa lahat ng pagkakataon ay maaaring makagamot sa karamihan ng mga kaso ng nerbiyos.

Kapag napagtanto natin na ang mga kakayahang kailangan natin—maging ang pag-iisip, pagsasalita, pakiramdam, o pagkilos—ay pawang nagmumula sa Diyos, at Siya ay laging kasama natin, nagbibigay-inspirasyon at gumagabay sa atin, nararanasan natin ang agarang kalayaan mula sa sikolohikal na stress. Kasabay ng pagkaunawang ito ay dumarating ang mga kislap ng sagradong kagalakan, at kung minsan ay binabaha ng isang malalim na kaliwanagan ang ating pagkatao, na agad na nagtataboy ng mga kaisipan ng takot.

Ang kapangyarihan ng Diyos ay parang karagatan, umaalon nang umaalon, tumatagos sa puso sa isang proseso ng paglilinis, inaalis ang lahat ng mapanlinlang na balakid ng pagdududa, kaba, at takot.

Madalas na naniniwala ang mga tao na sila ay mga pisikal na katawan lamang, ngunit ito ay isang ilusyon na maaaring malampasan sa pamamagitan ng

pakikipag-ugnayan sa kanilang espirituwal na pagkatao sa pamamagitan ng meditasyon.

Pagkatapos, mapagtatanto nila na ang katawan ay wala kundi isang bula ng aktibidad na lumulutang sa malawak na karagatan ng sansinukob.

Dapat maunawaan ng isang taong dumaranas ng pagkabalisa ang kanilang kondisyon at suriin ang patuloy na mga pagkakamali sa pag-iisip na responsable para sa kanilang kawalan ng pagkakaisa at pagiging tugma sa buhay sa kanilang paligid. Kapag kinilala ng isang taong nababalisa, kahit isang beses lamang, na ang kanilang sakit ay hindi misteryoso kundi isang lohikal na bunga ng mga personal na gawi, nakamit na nila ang kalahati ng lunas!

Ang kasabikan ay nakakagambala sa balanse ng sistema ng nerbiyos sa pamamagitan ng pagpapadala ng malaking dami ng enerhiya sa isang bahagi ng katawan at pag-aalis sa iba pang mga bahagi ng kanilang karaniwang bahagi.

Ang kawalan ng balanseng ito sa pamamahagi ng enerhiya sa mga nerbiyos ang sanhi at dahilan ng kaba. Iniiwasan ng isang taong kalmado ang kasabikan dahil alam niyang ang Diyos ang namamahala at gumagabay sa buhay at sa mga gawain nito, at dahil alam niyang (pinuputol ng takot ang mga nerbiyos), sinisikap niyang manatiling relaks sa sikolohikal na aspeto, at sa gayon ay nagagawa niyang harapin ang mga pangyayari at sitwasyon sa buhay nang mahinahon dahil balanse ang kanyang mga puwersa ng nerbiyos.

Habang pinapanatili ang isang matalas at hindi nababagabag na pag-iisip, pinalalaya niya ang kanyang sarili mula sa mga ilusyon ng buhay at nilulubayan ang kaguluhang dulot ng mga kasiya-

siyang karanasan. Para sa mga hindi kanais-nais na pagsubok, sinisikap niyang huwag hayaang guluhin ng mga ito ang kanyang kapayapaan ng isip o alisin sa kanya ang kanyang panloob na katahimikan. Ito ang layunin na dapat nating pagsikapan at sikaping makamit.

Ang sistemang nerbiyos ay nagbibigay ng mahalagang enerhiya sa utak, puso, at lahat ng iba pang organo. Namamahagi rin ito ng enerhiya sa limang pandama: paningin, pandinig, panghipo, panlasa, at pang-amoy. Ang mga nerbiyos ang daluyan kung saan tayo nakikipag-ugnayan sa mundo sa ating paligid at siyang pinagmumulan ng lahat ng ating mga pandama. Samakatuwid, mahalagang mapanatili ang isang estado ng perpektong balanse sa ating mga sistemang nerbiyos, na iniwasan ang labis na pag-agos ng enerhiya sa isang bahagi ng katawan habang inaalis ang iba pang mga bahagi ng kanilang bahagi ng mahalagang sustansya. Ang balanse sa buhay at ang pagkamit ng mga lehitimong layunin ay hindi nakakamit sa pamamagitan ng pagkabalisa o emosyonal na pagsabog, kundi sa pamamagitan ng katahimikan at malalim na pananampalataya sa Diyos.

Ang mga Yogi ay may mga espesyal na pamamaraan kung saan maaari nilang buhayin ang nasunog na tisyu sa pamamagitan ng pagpapadala ng mahalagang enerhiya sa mga bahagyang napinsalang nerbiyos. Ang bawat selula at tisyu sa sistema ng nerbiyos ay isang buhay at matalinong istruktura. Ang puwersa ng buhay o enerhiyang ito ay may kapangyarihang patuloy na baguhin ang istrukturang iyon, tulad ng pag-charge ng isang naubos na baterya.

May dalawang uri ng nerbiyos: sikolohikal at mekanikal, o mababaw at organiko

Ang sikolohikal na pagkairita ang pinakakaraniwang uri, na dulot ng mental na kaguluhan o pagkabalisa. Ang patuloy na paglubog sa ganitong kalagayan, kabilang ang pakikisama sa mga taong magulo na hindi nakikinabang sa kanilang mga pagkakaibigan o nakapagbibigay ng anumang positibo, at ang mga hindi malusog na gawi tungkol sa nutrisyon at pamumuhay, ay pawang kumakatawan sa mga hindi malulunasang kaso ng pagkairita.

Dapat simple, balanse, at hindi labis na kainin ang pagkain Dapat regular ang ehersisyo Nakakamanhid ng nerbiyos ang sobrang tulog, habang nakakapinsala naman ang kulang na tulog Ngunit ang pinakamahalagang konsiderasyon ay ang maingat at matalinong pagpili ng makakasama Magkwento ka tungkol sa mga kaibigan ng isang tao, at ikukwento ko rin ang tungkol sa taong iyon Walang maitutulong ang mga mambobola at manloloko Dapat tayong maghanap ng komunidad ng mga taong nagpapaunlad ng sarili—mga taong nagsasabi sa atin ng totoo at tumutulong sa ating lumago Ang pinakamahuhusay na kasama ay iyong mga mapagkumbabang nagmumungkahi ng mga paraan na magagamit natin at mga bagay na dapat nating gawin upang mabago ang ating buhay para sa ikabubuti

Ang malupit na kritisismo, na ibinibigay nang may malisya at kawalang-galang, ay parang pagpalo ng martilyo sa ulo ng isang tao, samantalang ang pag-ibig ay mas makapangyarihan at kapaki-pakinabang. Ang mga mabubuting mungkahing ibinibigay nang may pagmamahal at pag-unawa ay may kapangyarihang gumawa ng mga kababalaghan,

samantalang ang nakasasakit na kritisismo ay walang naitutulong.

Nagiging kwalipikado lamang ang isang tao na husgahan ang iba kapag nalinis na nila ang kanilang kalikasan at naalis na ang kadiliman ng kanilang kamangmangan gamit ang liwanag ng kaalaman. Hanggang sa marating nila ang yugtong iyon, mas makabubuti para sa kanila na suriin ang kanilang sarili at itama ang kanilang sariling pananaw kaysa pumuna at mang-insulto sa iba.

Ang pakikisama sa matatalinong tao na may mahinahong ugali ay isa sa pinakamabilis at pinakamabisang paraan upang maalís ang kaba at matuklasan ang ating espirituwal na pagkakakilanlan.

Ang mga taong nerbiyoso ay hindi dapat masyadong makihalubilo sa ibang mga taong nerbiyoso na katulad nila.

Dapat linangin ang panloob na kapayapaan upang malampasan ang nerbiyos. Ang isang taong natural na kalmado ay nagpapanatili ng kanilang kahinahunan at nananatiling panatag sa lahat ng pagkakataon. Hindi nila hinahayaang kontrolin sila ng mga emosyon at humantong sa kanila sa paggawa ng mga maling desisyon. Hindi sila nalilinlang ng mga matatamis at matatamis na salitang ginagamit ng mga oportunista upang makakuha ng hindi nararapat na kalamangan. Dahil sa kanilang likas na kahinahunan, bihira silang mabiktima ng maling impormasyon at panlilinlang. Sa katunayan, ipinapakita ng kanilang puso ang tunay na katangian ng mga taong kanilang kinakaharap at inilalantad ang kanilang mga intensyon nang may kahanga-hangang katumpakan. Hindi nila nilalason ang kanilang katawan ng galit at takot, na negatibong nakakaapekto sa kanilang sirkulasyon ng dugo. Isang

katotohanan na ang gatas ng isang galit na ina ay maaaring magkaroon ng mapaminsalang epekto sa kanyang anak. At mayroong sapat na ebidensya na ang matinding emosyon ay may kapangyarihang makapinsala at sumira sa katawan.

Maganda ang balanse at dapat itong maging pundasyon ng ating mga damdamin, kaisipan, at kilos, at ang aksis kung saan umiikot ang ating buhay.

Ang mga dakilang kaluluwa ay nagpapanatili ng kanilang kahinahunan at kapayapaan, na tumutulong sa kanila na malampasan ang mga pagsubok at paghihirap sa buhay nang hindi nawawala ang kanilang katinuan o balanse.

Ang Diyos ay naroroon sa lahat ng dako, namamahala sa mga mundo at gumagabay sa mga kalawakan sa walang katapusang mga orbit. At ang sangkatauhan, na nilikha ayon sa Kanyang wangis, ay nagtataglay din ng kakayahang pamahalaan ang buhay nito at i-coordinate ang mga aktibidad nito nang walang pag-aalala o pagkagambala.

Dapat tayong palaging magpadala sa iba ng mga ideya ng pagmamahal, kabutihang-loob, at kapayapaan

Sa istruktura ng meditasyon, kung saan ang liwanag ng pananaw ay patuloy na nagniningning sa altar ng kaluluwa, walang pagkabalisa, walang stress, walang tensyon, walang nerbiyos, kundi katahimikan, katahimikan, tiwala sa sarili, at tunay na kaligayahan.

Sumainyo ang kapayapaan

Nang magbigay ng babala ang katahimikan

Nang magbigay ng babala ang katahimikan

Kapag nangako akong mananahimik

Upang manatili akong mapayapa kasama ang aking minamahal

Ako'y namamahinga sa kanyang mga bisig, na sumasaklaw sa malawak na sansinukob

Patuloy kong pakikinggan ang kanyang mga himig

At mga awit ng kapayapaan at kaligayahan

Nakakakita ng mga nakatagong multo at mga sagradong manipestasyon at pangitain para sa Nakakaalam ng Lahat

Pero hindi kita kakalimutan

Babantayan kita nang tahimik at maingat

Naglalakad ka sa itaas ko sa damuhan, sa mga halaman ng lupa

O baka makita mo akong yumayabong sa sanga, luntian na may mga dahon ng baging

Aalagaan kita nang may pagmamahal ng isang mapagmahal na puso at isang mahabaging ina

Sa pamamagitan ng pulang kulay ng bulaklak, na puno ng pagkakaisa

Ito ay nagdudulot sa iyo ng kagalakan, kaligayahan, at isang pakiramdam ng kapayapaan

Yayakapin kita at hahaplosin ng banayad na simoy ng hangin

Upang mailigtas kita mula sa takot at mula sa anino ng mga alalahanin

At binabalot kita sa sikat ng araw, pinupukaw ang isang mainit at matalik na damdamin

Kapag ang kalungkutan ay gumagapang na may kasamang pangininginig hanggang sa kaibuturan

Kapag tumingala ka sa dagat, makikita mo ako sa kailaliman nito

Isa kasama ang aking Panginoon sa abot-tanaw at ang Nilo ng mga tolda

Naglalaman ito ng isang nagliliwanag na gene at isang mahalagang lapis lazuli

Tiyak na hindi ako magsasalita maliban kung mula sa isang matalinong pag-iisip

At mula sa kaibuturan ng aking puso, kung nais ko, aking sisisihin o sisisihin

Dahil sa pagmamahal ko sa iyo, hihikayatin kita, at nang may pusong puno ng pagnanasa

Marahil ay hinahangad mo ang sinasamba na may pananabik na parang sa isang buntis

Tutuksohin kita, ngunit sa pamamagitan ng isang mahusay na tukso

Upang matamasa ang pag-ibig ng Panginoon, ang pinagmumulan ng pagnanasa

Kalimutan mo ako kung nais mo, ngunit huwag mong kalimutan ang Maawain

Kung gugugulin ko ang gabi sa pag-iisip sa iyo, maaalala mo ako

Sa lahat ng oras!

Pangwakas na layunin ng tao

Guro Paramhansa Yogananda

Pagsasalin: Mahmoud Abbas Masoud

Magaganda at masigla ang mga bulaklak at rosas, ngunit sa likod ng mga ito ay naroon ang isang hardin na may di-masukat na kagandahan at karilagan. Bagama't ang harding ito ay lubos na malinaw at mahirap madama sa simula, kung matagos mo ang espirituwal na dimensyon sa pamamagitan ng pasukan ng espirituwal na mata, magagawa mong tuklasin ang ethereal na kaharian na iyon at magsaya sa mga kababalaghan nito.

Ako'y nananahan sa banayad na kaharian kung saan ang mga magagandang katangian at banayad, maselang mga kaisipan ay mas matamis at mas mabango kaysa sa anumang bulaklak o rosas sa lupa. Doon, ang bubuyog ng aking isipan ay patuloy na humihigop ng nektar ng banal na presensya.

Kapag itinuon natin ang ating pansin sa loob, at lalong namumuhay sa nakatagong mundong iyon sa loob natin, matutuklasan natin na ang ating mga espirituwal na katangian ay nagkakaroon ng mga espesyal na anyo na nagsisilbing mga bintana kung saan natin namamalas ang tamis ng Diyos na higit pa sa mailarawan at malikhain.

Ang paghahanap sa Diyos ay hindi limitado sa pagmumuni-muni lamang. Bawat mabuting katangian at marangal na katangian na ating ipinapakita sa ating mga iniisip at kilos ay nagiging isang nakatagong nektar ng presensya ng Diyos sa loob natin, kung ang ating kamalayan ay sapat na malalim.

Kapag dumadaan tayo sa pasukan ng espirituwal na mata, nakikita natin sa ating sarili ang pabrika ng mahalaga at matalinong aktibidad, na nakatago sa likod ng buong sansinukob. Dahil hindi natin itinuon ang ating pansin sa

loob, tayo ay namamangha at namamangha sa harap ng mga bakas at tatak ng banal na espiritu sa kalikasan.

Nakikita natin ang mga gawa ng Diyos; Ang Kanyang banal na pangalan ay nakaukit sa mga bulaklak, sa kalangitan, at sa lahat ng bagay, ngunit Siya ay nananatiling tahimik.

Bilang mga tao, tayo ay napakaswerte dahil, sa lahat ng nilalang ng Diyos, ang tao lamang ang nagtataglay ng pisikal, mental, at espirituwal na mga talento at kakayahang kinakailangan upang hanapin Siya, matagpuan Siya, makilala Siya, at maunawaan ang Kanyang wika... ang wika ng katahimikan.

Mas kapaki-pakinabang para sa isang tao ang magbasa ng mga kapaki-pakinabang na libro at artikulo kaysa mag-aksaya ng oras sa mga walang kabuluhang gawain. Higit pa sa pagbabasa ang pagninilay-nilay sa Diyos, pagninilay sa Kanyang kadakilaan, at pagsisikap na maunawaan ang walang hanggan at walang katapusang mga misteryo ng buhay.

Ang layunin ng buhay ay para makilala ng isang tao ang kanyang sarili, maramdaman ang kosmikong kapaligiran na pumipintig sa kanyang puso, dumadaloy sa kanyang mga ugat, at pinupuno ang kanyang pagkatao ng kapayapaan, pagmamahal, kagalakan, at katahimikan at iyon ang pinakadakilang tagumpay!

Bilang mga tao, nakakamit natin ang pinakamalaking pag-unlad sa pamamagitan ng kapangyarihan ng pag-iisip

Dapat maglaan ng oras araw-araw upang malinang ang mga kakayahang pangkaisipan. Mas mahalaga ang kapaki-pakinabang na pagbabasa kaysa sa patuloy na pakikisangkot sa mga mababaw at walang kabuluhang gawain. Dapat ding magtatag ng lohikal na pang-araw-araw na iskedyul upang matiyak ang kaayusan at organisasyon.

Gayunpaman, ang labis na pamamahala ng oras ay isang uri ng katigasan at dapat iwasan.

Mahalaga ang balanse sa bawat aspeto ng buhay. Maipapayo na panatilihing madaling makuha ang mga kapaki-pakinabang na babasahin at basahin ang mga ito sa oras ng paglilibang. Ang pinakamahalaga sa mga materyales na ito ay ang mga aklat na espirituwal, na sinusundan ng mga akdang siyentipiko, ilang kasaysayan, pilosopiya, seryosong panitikan, mga talambuhay ng mga dakilang tao, mga talambuhay sa paglalakbay, at anumang bagay na maaaring magpalawak ng abot-tanaw at magbigay ng malalim na inspirasyon.

Ang mga libro ay maaaring maging matapat na kasama, at ang pagpili ng mga de-kalidad na seleksyon ay magbubunga ng mas malaking benepisyo. Sa una, ang pag-unawa sa diwa ng mga espirituwal na turo at mga ideya ng mga dakilang palaisip ay maaaring mukhang mahirap, ngunit pagkaraan ng ilang sandali, makikita mo ang iyong sarili na nagninilay-nilay sa kanilang mga isinulat at nakikibahagi sa kanilang mga iniisip. Madarama mo na may natutunan kang mahalaga, dahil ang lahat ng matatalinong indibidwal na iyon ay humugot ng kanilang karunungan at kaalaman mula sa walang hanggang kayamanan ng karunungan ng Diyos—mga ideyang maaaring hindi mo kailanman naisip sa iyong buhay.

Gayunpaman, marami ang patuloy na nagbabasa ngunit hindi makapag-alok sa iyo ng anumang bagay na mahalaga. Ang pinakamahusay na paraan upang magbasa ng isang libro ay ang pagnilayan ang mga nilalaman nito at tingnan kung paano ito maaaring magamit sa iyong sariling buhay. Sa maingat na pag-iisip, hindi mo dapat basta-basta tanggapin ang lahat ng iyong nababasa. Ang iyong binabasa ay dapat magbigay-buhay sa iyong isipan at magbigay-

kasiyahan sa iyong lohika. Upang maging tunay na sulit basahin, dapat pasiglahin ng mga libro ang iyong pag-iisip, at pagkatapos ay mararamdaman mo ang pag-unlad at paglawak ng iyong isipan.

direktang kaalaman

Yaong mga hindi nagbabasa o nagmumuni-muni, ngunit namumuhay nang mababaw na walang layunin at kahulugan, ay hindi nagkakaroon ng malalim na pag-unawa at hindi nakakakuha ng tiyak na kaalaman. Ang pagkakaisa ay naghahatid sa atin sa pagkakahanay sa banal na kapangyarihan na nagbibigay-inspirasyon sa ating pag-iisip at nagbibigay-liwanag sa ating mga isipan ng liwanag ng mas matataas na inspirasyon. Ang pagmumuni-muni ang landas tungo sa pag-abot sa mas mataas na sarili. Ang mga tao ay nagkakamali sa kanilang sarili kung hindi sila nagbabasa, ngunit ang pagmumuni-muni ay mas mainam pa kaysa sa pagbabasa.

Mahilig akong magbasa, pero halos hindi ako makabasa ng dalawang pahina bago ako tawagin na gumawa ng ibang bagay. Kaya naman, pinalitan ko ang pagbabasa ng pagmumuni-muni. Habang sumisilip ako sa kaibuturan ng aking kaluluwa, lumilitaw ang mga nagniningning na liwanag, at sumisikat ang pinakadakilang kagalakan—isang kagalakang kasama ko sa buong araw. Ito ang naranasan ko sa buhay ko, at ang nararanasan ng lahat ng nakikipag-ugnayan sa Mahal na Panginoon sa bulong ng kaluluwa at sa pananabik ng puso.

Napakahalaga ng oras para sayangin. Nais ng Diyos na maging balanse tayo. Sinumang hahayaang maging hindi balanse ang kanilang buhay ay parurusahan ng pangkalahatang batas. Kung mamumuhay ka nang simple, mag-eehersisyo araw-araw, magbabasa ng mga kapaki-pakinabang at mahahalagang aklat, at lilinangin ang ugali ng

pang-araw-araw na pagmumuni-muni sa Diyos, ang iyong mga pandama ay titibok sa kagalakan, ang mahahalagang agos ay dadaloy sa iyong dugo, at ang mga selula ng iyong katawan ay mapupuno ng kagaanan at enerhiya na hindi mo pa naranasan noon. At matatanggap mo ang lahat ng kaalamang iyong hinahangad mula sa espiritu sa loob mo.

Ito na ang buhay ko noon pa man. Hindi ako nakabasa ng dalawampung libro sa loob ng dalawampung taon. Hindi ko ito ipinagmamalaki, at kung hindi dahil sa banal na espirituwal na kamalayang natamo ko sa pamamagitan ng meditasyon, magiging lubos akong mangmang. Kapag tiningnan ko ang isang libro, nalaman kong ang mga katotohanang nakapaloob dito ay naipahayag na sa akin ng Diyos. Lahat ng kahanga-hangang ideya at katotohanan ay nagmumula sa Diyos, ang Nakakaalam ng Lahat. Kung iyong pagninilayan ang mga ito, direktang matatanggap mo ang Kanyang karunungan. Samakatuwid, ang pagbabasa ng mabubuting libro ay mas mainam kaysa sa pag-aaksaya ng oras sa mga walang kabuluhang gawain, at mas mainam pa kaysa sa pagbabasa ang meditasyon at paglinang ng kamalayan sa Ganap na Katotohanan, na siyang Diyos.

Batas Unibersal at ang Ebolusyon ng Kamalayan

Sa iba't ibang panahon at lugar, ang sangkatauhan ay nakakuha sa pamamagitan ng katwiran ng maraming ideya tungkol sa buhay at kaluluwa. Halimbawa, nang ang isang miyembro ng isang mababangis na tribo ay dumanas ng sakit ng ulo, naniniwala ang kanyang pamilya na ang kanyang kaluluwa ay tumakas mula sa kanyang katawan, kaya ipinatawag nila ang mangkukulam-doktor upang ibalik ang kaluluwa sa kanya. Pumunta ang doktor sa kagubatan upang hanapin ang kaluluwa, natagpuan ito, ibinabalik ito sa isang kahon, at ibinalik sa ulo ng pasyente, at ang sakit ng ulo ay nawawala ayon sa umiiral na paniniwala.

Sa ibang kultura, ang "pagbahing" ng isang maysakit ay ginagawa sa pamamagitan ng paglalagay ng mga kawit (mga kurbadong bakal na may matutulis na dulo) sa kanyang katawan upang ang kanyang kaluluwa ay hindi makatakas kapag siya ay bumahing, kundi masalo ng mga kawit!

Kung paanong ang ilang tao ay nakarating sa mga maling konklusyon tungkol sa pag-iisip ng tao dahil sa maling pangangatwiran, ang iba—sa pamamagitan ng tunay na pag-unawa—ay nakamit ang naiiba, malalim, at mas mahusay na pag-unawa. Alam natin na ang kaluluwa ay hindi ang hininga dahil ang ilang mga indibidwal ay nanatiling nasa koma sa loob ng mahabang panahon nang hindi humihinga, na nagpapakita na ang kaluluwa ay hindi maaaring limitado sa hininga. Ang kaluluwa ay lumalampas sa hininga at anumang iba pang pisikal na estado.

Naniniwala man o hindi ang isang tao na siya ay isang espiritu, ang pangkalahatang batas ay nagtutulak pa rin sa kanila na ipakita ang kanilang espirituwal na kalikasan. Anuman ang kanilang trabaho o posisyon sa buhay, ang kanilang kamalayan ay umuunlad at lumalawak tuwing ginagamit nila ang kanilang katalinuhan nang malikhain at kapaki-pakinabang. Ang bawat nakabubuo na kilos ay nakakatulong sa pag-unlad ng tao at nagpapalawak ng kanilang pag-unawa.

Ngunit madalas na may ibang iniisip ang mga tao habang gumagawa ng isang bagay, at hindi nila alam ang tamang paraan upang itaon ang kanilang isipan sa kanilang ginagawa. Dapat nating matutunang isipin ang isang bagay sa bawat pagkakataon gamit ang lahat ng ating lakas ng pag-iisip. Ang ating buong atensyon ay dapat na nakatuon lamang sa isang bagay na iyon. Ang isang tao ay hindi dapat maging matamlay, walang sigla, o walang reaksiyon. Ang

paggawa ng mga bagay nang tamad at pabaya ay humahantong sa pagkawala ng enerhiya at, dahil dito, sa kabiguan at kalungkutan.

Hindi dapat maging isa lamang makinang sikolohikal na nagpapanatili sa sarili, tulad ng isang hayop na kumikilos ayon sa likas na ugali. Isang malaking pagkakamali ang hindi paggising sa sarili at pagpapagana ng mga kakayahang pangkaisipan. Ipinagkaloob ng Diyos sa atin ang mga kakayahang ito at nais niyang gamitin natin ang mga ito nang matalino at maging lubos na mulat at may kamalayan sa lahat ng ating ginagawa.

Dapat din tayong mag-isip nang mabuti bago gumawa ng anumang aksyon at gamitin ang ating isipan sa mga paraang makakatulong sa atin na lumago at maisakatuparan ang ating mahalagang pagkakaisa sa Makapangyarihang Lumikha. Ang lahat ng ating ginagawa ay dapat nakabatay sa makatwirang pangangatwiran at matalinong pagpaplano.

Tungkulin ng sangkatauhan na magsikap para sa mga marangal na layunin. Ang pagbibigay-pansin sa mga walang kabuluhan at walang kabuluhang bagay ay isang walang kabuluhang pag-aaksaya ng enerhiya ng isip. Ang mga damo sa hardin ng isip ay dapat bunutin at palamutian ng mga bulaklak ng banal na pag-ibig, upang maakit nito ang magandang Diyos na umiibig sa kagandahan. Kung nais mong manatiling namumulaklak at yumayabong ang harding intelektuwal na ito sa lupa ng karunungan, dapat mong pasimplehin ang buhay at palayain ito mula sa kasalimuotan. Sa pamamagitan ng pagsasagawa ng lahat ng bagay nang may atensyon at isang nakatutok at walang gambalang isip, maaari mong suriin ang iyong mga aktibidad, piliin kung ano ang mahalaga at mahalaga at itapon ang mababaw at hindi kailangan. Kapag nakumpleto

na ang isang gawain, ang isip ay maaaring alisin dito at gamitin upang ituloy ang iba pang malikhaing mithiin.

Dapat matutunan ng mga tao na linangin ang kanilang kamalayan sa banal, dahil para mismo sa layuning ito sila nilikha. Sila ay nilikha ayon sa mga batas ng ebolusyon upang magamit nila ang kanilang mga sagradong kapangyarihan upang mahanap ang Diyos. Ang mga hayop ay walang ganitong kakayahang taglay. Ang gurong si Lahiri Mahasaya ay nagtatrabaho sa isang agham upang matulungan ang mga hayop na mas mabilis na umunlad, ngunit hindi siya nabuhay upang makumpleto ito. Ako rin ay may kaalaman sa ilang mga pamamaraan upang mapabilis ang ebolusyon ng mga mas mababang anyo ng buhay. Ngunit paano naman ang milyun-milyong tao na nabubuhay at kumikilos na parang mga hayop? Nabubuhay sila sa mundong ito at pagkatapos ay umaalis nang hindi natutupad ang kanilang layunin. Makakamit nila ang layuning iyon ngayon kung itutuon nila ang kanilang mga kakayahang pangkaisipan at gagamitin ang mga ito nang tama.

Ang tanging kahulugan ng buhay ay ang matagpuan ang mapagmahal at mabait na Diyos. Dapat natin Siyang matagpuan. Ang mga tao ay patuloy at walang sawang naghahanap sa Kanya.

"Ang isa pang bagay" na inaasahan nilang magdudulot sa kanila ng ganap at pangmatagalang kaligayahan

Kung para sa mga naghanap sa Diyos at natagpuan Siya, tapos na ang paghahanap dahil ang Diyos ang dakilang bagay na iyon!

Tinatakpan ng kalikasan ang banal na presensya

Bakit ibinigay ang tukso sa sangkatauhan? Marahil upang manabik sila sa kataas-taasang nilalang na iyon, na

mas kaakit-akit at kaakit-akit kaysa sa anumang tukso sa lupa. Ang mga patibong at bitag sa lupa na nakapaligid sa sangkatauhan sa lahat ng panig ay hindi nilayon upang bihagin sila, kundi upang himukin at hikayatin silang hanapin ang nasa kabila, at upang itanong sa kanila: "Sino ang lumikha ng lahat ng mga bagay na ito? Sino ang humubog sa akin? Sino ako? Nasaan ka, Panginoon ko? Bakit ka nakatago sa akin? Magsalita ka sa akin!"

Kapag direktang bumaling ka sa Diyos dala ang mga tanong na ito, sasagutin Niya. Karamihan sa mga tao ay hindi malalim na sumasaliksik sa kanilang mga pagsusumamo sa Kanya, at samakatuwid ay hindi nila Siya matatagpuan o matutuklasan.

Dapat tayong makipag-usap sa Diyos mula sa puso, sa templo ng kaluluwa. Ang nananabik na disipulo ay nananawagan sa Kanya, na nagsasabing:

"Diyos ko, hindi ko na matiis na makita lamang ang kagandahang Iyong nilikha at isinabuhay sa kalikasan, ngunit nais kong makita ang Iyong mukha, na mas pino kaysa sa lahat ng mga bulaklak sa kalikasan at mas maganda kaysa sa lahat ng mga mukha sa mundo, nais kong maunawaan kung ano ang nasa likod ng kalikasan."

Kung may magtatakip ng mukha gamit ang maskara, malalaman mo pa rin na may tao roon. Gayundin, ang kalikasan ay parang isang malaking belo, na nababalot ng banal na presensya. Ang Diyos ay naroroon sa likod ng mga belo at maskara ng kalikasan, ngunit ang sangkatauhan ay sumusulyap nang panandalian at mababaw at hindi nakikita ang presensya ng nilalang na nakatago sa likod ng mga kurtina ng kalikasan.

Kapag ako'y nakaupo nang tahimik, tahimik, at masusing nagmumuni-muni, nakakaramdam ako ng

panginginig ng kagalakan sa aking pagkatao at naririnig ko ang Diyos na bumubulong, "Narito Ako"

Ang talinong ibinigay sa atin ng Diyos ay ang pasukan patungo sa langit: ang panlabas na pasukan ng Kanyang kaharian Ngunit hindi ito ginagamit ng mga tao ayon sa nararapat Hindi natin kailangang maghintay hanggang sa lisanin natin ang mundong ito para gamitin ang ating talino sa paghahanap sa Diyos Ngayon na ang panahon, at narito na ang lugar Ang mga hindi gumagamit ng kanilang talino upang hanapin ang mga misteryo ng buhay at ang mga lihim ng pag-iral habang narito sa mundong ito ay hindi na kailanman matatagpuan ang mga ito saanman.

Pagtuklas sa Banal na Sarili

Mayroong ilang mga paraan upang matuklasan ang kosmikong espiritu o ang banal na sarili. Ang katahimikan ay isa na rito. Ang pagmamasid sa katahimikan ay nangangahulugan ng pagpapatahimik sa lahat ng mga pagnanasang sumusubok na tumagos sa kamalayan mula sa labas, na tumutulong sa naghahanap na sumisid sa kanilang panloob na sarili at hawakan ang kakanyahan ng kanilang kaluluwa.

Ang isa pang paraan ay sa pamamagitan ng banal na pag-ibig, o pakikipag-usap sa Diyos mula sa puso nang may pananabik at katapatan. Ang maikling pagsasalita at pagkatapos ay paglimot ay walang saysay at walang dalang banal na tugon. Mahirap hanapin ang Diyos dahil karamihan sa mga tao ay hindi seryoso sa espirituwalidad, at maging ang mga pamamaraan ng pagsusumamo ay kadalasang hindi epektibo dahil kulang ang mga ito sa sapat na lalim at katapatan. Ang mga panalangin ay dapat ulitin nang may lalim at alab hanggang sa maabot nila ang isang mas mataas na kamalayan. Ang panalangin kung saan ang kaluluwa ay nag-aalab sa pananabik sa Diyos ay ang

matagumpay at mabisang panalangin. Dapat ay nanalangin ka na sa ganitong paraan minsan, marahil noong desperadong-desperado ka ng isang bagay, o ikaw ay lubhang nangangailangan ng pera at pinagalab mo ang hangin sa iyong pagnanasa. Ganito ang dapat nating maramdaman sa Diyos. Dapat tayong makipag-usap sa Kanya, at pagkatapos ay matatagpuan natin Siyang nakikinig sa atin at tumutugon, sapagkat Siya ang Nakakarinig sa Lahat, ang Tumutugon.

Ang Yoga ay isa sa mga pinakamabisang paraan upang maabot at kumonekta sa Diyos. Saklaw nito ang ilang mga kasanayan sa pagmumuni-muni na parehong siyentipiko at epektibo. Naunawaan ng mga dakilang pantas ng India na ang lohika ay nagdidikta na mayroong mga tiyak na batas at mga tiyak na paraan upang lumapit sa Diyos, tulad ng pagkakaroon ng mga tiyak na batas kung saan pinamamahalaan at pinamamahalaan ng Diyos ang mga gawain ng sansinukob.

Natuklasan ng mga guro ng India ang mga siyentipikong batas ng yoga sa pamamagitan ng kanilang pagtitiyaga at paggamit ng kanilang kahanga-hangang kakayahan sa pag-iisip. Ang Yoga ay magiging isa sa pinakamahalagang agham eksperimental sa larangan ng espirituwal na pananaliksik.

Ang banal na pakikiisa sa Diyos ay dapat isabuhay ng lahat. Ito ang ginawa ng mga dakila sa kanilang mga disipulo sa buong panahon. Hindi ako narito para lamang magsalita tungkol sa tamis ng banal na presensya; ang pangunahing layunin ko ay tiyaking mararanasan ito ng iba. Hindi ko sinasayang ang aking oras. Ang lahat ng ginagawa ko ay para lamang sa Diyos at sa Kanyang karangalan, ako ay labis na nakalubog sa Kanyang mga iniisip kaya't hindi ko namamalayan ang paglipas ng panahon at ang pagod ng

aking pang-araw-araw na gawain. Kahit na nagtatrabaho ako, nararamdaman ko ang Kanyang presensya.

Hindi ako nahiwalay sa Diyos, kahit isang segundo

Iyan ang sitwasyong gusto ko at pinaghirapan ko

Sumainyo ang kapayapaan

Sa mga Dulo ng Kaalaman sa Sarili

Ang templong pinakamamahal ng Diyos ay ang templo ng panloob na kapayapaan at katahimikan para sa Kanyang mga deboto, kung saan sila pumapasok upang magnilay-nilay at makipag-ugnayan, iniwan ang mundo at ang walang katapusang mga pang-abala nito. Kapag ang isang tao ay nagtatag ng isang templo ng kagandahan at espirituwal na kapayapaan sa loob ng kanilang sarili, mararamdaman nila ang presensya ng Diyos at ang Kanyang pagiging malapit. Kung hindi, ang mga ilusyon ng mundo ay marami at palaging naroroon, at ang mga alalahanin nito ay pumupuno sa puso.

Minsan, ang isang tao ay pinanghihinaan ng loob, iniisip na huli na ang lahat para hanapin ang Diyos. Ngunit sinasabi sa atin ng mga banal na kasulatan na kung napagtanto ng isang tao na ang mundong ito ay mapanlinlang at nakaliligaw, at ang kaluluwa lamang ang walang hanggan at walang hanggan, papasok sila sa isang mas mabuting mundo pagkatapos ng kanilang huling paglisan mula sa mundong ito, kahit na ang pagkaunawang iyon ay dumating ilang sandali lamang bago ang kamatayan.

Bawat isa sa atin ay kukunin mula sa mundong ito sa malao't madali, at samakatuwid ay dapat na nating maunawaan ngayon ang layunin ng buhay. Ang

pangunahing layunin ng karanasan ng tao sa mundong ito ay upang himukin tayong hanapin ang kahulugan ng buhay. Hindi tayo dapat masilaw sa patuloy na nagbabago at gumagalaw na prusisyon ng sangkatauhan. Habang nagpapatuloy ang paglalakbay ng karaban ng panahon, sa wakas ay mapagtatanto mo na ikaw ay isang mahalagang bahagi ng Isa, ang Makapangyarihan. Gawing iyong layunin ang pagkilala sa Diyos, at alamin na ang isang seryoso at taos-pusong paghahanap sa lihim ng buhay ay magliligtas sa iyo ng maraming kahirapan at magliligtas sa iyo mula sa iba't ibang takot. Ang pangamba sa kamatayan, pagkabigo, problema, at kalungkutan ay pumupukaw ng matinding takot sa loob ng isang tao. Kapag ang isang tao ay hindi matulungan ang kanilang sarili, at ang kanilang pamilya at mga kaibigan ay walang maibigay sa kanila, ang kawalan ng pag-asa ay nananaig sa kanila, at ang mundo ay dumidilim sa kanilang mga mata. Ngunit hindi na kailangang maabot ang estadong iyon. Kung iniisip nila ang Diyos sa buong buhay nila at pinapanatili ang pakikipag-ugnayan sa Kanya, matatagpuan nila Siyang malapit sa mga oras ng kahirapan at mahihirap na araw.

Bago pa man tayo nakasama ng sinumang tao, sino ang kasama natin? Ang Diyos At kapag nilisan natin ang mundong ito, sino ang makakasama natin? Ang Diyos at wala nang iba Ngunit magiging mahirap Siyang makilala noon kung hindi natin Siya sisikaping kilalanin ngayon Kung hahanapin mo ang Diyos nang taos-puso at malalim, matatagpuan mo Siya, at ang iyong katiyakan na Siya ay laging kasama mo ay titibay Ang mga alalahanin at ilusyon ay aalis sa iyo, at hindi ka na muling malilinlang

Ang lahat ng bagay sa mundo ay isang tukso upang ilayo ang sangkatauhan sa Diyos. Ngunit ang Diyos ay higit na kaakit-akit kaysa sa anumang tukso sa lupa. Kung masisilayan mo Siya, mauunawaan mo ang katotohanang ito

at mahahanap Siya sa pamamagitan ng panalangin, espirituwal na pagmumuni-muni, at matibay na determinasyon. Ang determinasyon na hanapin ang Banal ay dapat na matatag. Mahirap para sa isang tao na makilala ang Diyos hangga't ang kanilang mga iniisip ay lumilipad mula sa isang bagay patungo sa isa pa. Nais ng Diyos na lumapit sa atin, ngunit hindi tayo nakikipagtulungan sa Kanya o hinahayaan Siya. Madaling hanapin ng sangkatauhan ang mga panandaliang kasiyahan at mag-aksaya ng oras sa libangan, mga salu-salo, at mga sosyal na pagtitipon. Tunay nga, "Ang buhay sa mundong ito ay libangan at libangan lamang, paggagayak at pagmamalaki, at pakikipagkumpitensya sa pagpaparami ng kayamanan at mga anak."

Kung may isang bagay na hinihingi ang Diyos, ito ay ang pag-ibig ng tao. Tahimik Siyang kumakatok sa mga pinto ng ating mga puso, tinatawag tayong bumalik sa Kanya, ngunit karamihan sa mga tao ay ayaw bumalik. Gayunpaman, kapag ang mundo ay dumidilim sa harap ng kanilang mga mata, at sila ay nahuhuli sa mga patibong ng mga problema o nabibitag ng sakit, sila ay nagmamadaling manalangin sa Kanya at humingi ng tulong sa Kanya. Sinumang magpapalakas ng mga bigkis ng pagkakasundo at pagkakasundo sa pagitan nila at ng Diyos sa mga panahon ng kaligayahan at kasaganaan ay matatagpuan ang Diyos sa kanilang tabi kapag kailangan nila Siya. Ngunit sinumang magpapaliban sa pagpapalakas ng ugnayang iyon ay hinahatulan ang kanilang sarili na harapin ang kanilang mga kahirapan at makipagpunyagi sa kanilang mga pagsubok nang mag-isa hanggang sa magawa nila—nang may karunungan at ganap na pagsuko—na bumaling sa kanilang walang hanggang kaibigan at kumatok sa Kanyang mapagbigay na pinto.

Sa napakaraming tao ng sangkatauhan, napakakaunti ang tunay at taimtim na humahanap sa Diyos. Nasaan na ang mga nag-aakalang ang mundong ito ay sa kanila dalawang daang taon na ang nakalilipas? Wala na silang lahat, at marahil iilan lamang, yaong mga bumaling sa Diyos at nakilala ang kanilang mga sarili, ang tunay na nakaunawa sa realidad ng buhay. Ngunit itinuturing ng bawat susunod na henerasyon na totoo ang buhay na ito!

Ngunit sila ay nalinlang ng ilusyon na katulad nila

(At salinlahi't salinlahi ay ikinukwento ito!)

Sa ating pansamantalang pananatili rito, binibigyang-halaga ng sangkatauhan ang palabas na ito. Gayunpaman, hindi tayo dapat labis na mabighani dito at sa walang katapusang mga pangyayari nito, dahil kung gagawin natin ito, tayo ay maaanod palayo sa Diyos, na patuloy na nagsisikap, sa pamamagitan ng hindi mabilang na mga paraan at pamamaraan, na ilapit tayo sa Kanya mula sa Kanyang malalim na pagmamalasakit sa atin at sa Kanyang napakalaking pagmamahal sa atin. Inihaharap Niya sa atin ang lahat ng mga himalang nais nating masaksihan: ang mga kababalaghan ng mga bagay na lumalaki at ang walang katapusang eksaktong kaayusan ng kalikasan. Siya ang nasa likod ng mga bulaklak at rosas, at sinumang taos-pusong naghahanap sa Kanya ay walang alinlangang makakatagpo sa Kanya. Ang mga natural na siyentipiko ay hindi nakarating sa kanilang mga natuklasan sa pamamagitan ng bulag na panalangin, kundi sa pamamagitan ng pagsunod sa mga batas ng empirikal na agham. Gayundin, sinumang taos-puso at taimtim na gumagamit ng mga espirituwal na batas ng agham ay awtomatikong makakatagpo sa Diyos sa kanilang tabi. Panahon na para buksan ng sangkatauhan ang mga espirituwal na mata nito at mapagtanto na ang

paghahanap sa Diyos ay nangangailangan ng matibay na sigasig at maingat na pagsunod sa Kanyang mga batas.

Iba't ibang bansa ang nagpakadalubhasa sa iba't ibang sining at agham. Pinagkadalubhasaan ng India ang siyentipikong sining ng pagkilala sa Diyos, ngunit sa kabila nito, maraming mga manloloko kahit sa India, at samakatuwid ay kinakailangang makilala ang pagkakaiba sa pagitan ng peke at tunay.

Dapat magkaroon ng balanse sa pagitan ng espirituwal na kaalaman at ng mga likas na agham. Kung wala ang balanseng ito, ang mga indibidwal at mga bansa ay madadapa sa gitna ng paghihirap at pagkawasak. Kung ang mga pinuno ng modernong mundo ay naliwanagan sa espirituwal at nagtutungan, maaari nilang lipulin ang digmaan at kahirapan sa mundo sa loob ng ilang taon. Ang kamalayang espirituwal ay nangangahulugan ng pagkilala sa banal na presensya sa loob ng sarili at sa lahat ng iba pang nabubuhay na nilalang. Ang kamalayang ito lamang ang makapagliligtas sa mundo, at kung wala ito, wala akong nakikitang pag-asa para sa kapayapaan. Hayaang magsimula ang sangkatauhan sa kanyang sarili. Ang oras ay napakahalaga para sayangin. Ang tungkulin ay nagtutulak sa atin na gawin ang ating bahagi sa pagdadala ng kaharian ng Diyos sa mundo.

Marami ang nag-aalangan na hanapin ang Diyos, sa takot na ang buhay ay maging malungkot at mapanglaw, walang kagandahan at kagalakan Ngunit ang kabaligtaran ang totoo! Ang dalisay na kaligayahan na nasusumpungan ng mga tunay na nakakakilala sa Diyos sa perpektong pagkakaisa sa Kanya ay hindi masabi. Ako ay nasa isang estado ng espirituwal na kagalakan araw at gabi Ang kagalakang iyon ay ang Diyos, at ang pagkilala sa Kanya ay

nangangahulugan ng pagtatakip sa lahat ng kalungkutan at pagbabaon sa mga ito nang walang pagsisisi.

Hindi hinihiling ng Diyos sa tao na maging malungkot, matamlay, mapanglaw, o masimangot. Hindi ito ang tamang pagkaunawa sa Diyos, ni hindi rin ito ang tamang paraan upang makamit ang Kanyang pabor. Habang mas nararanasan ng isang tao ang kapayapaan, mas nadarama niya ang banal na presensya. Habang mas malaki ang kaligayahan ng isang tao, mas nagiging kasundo niya ang Diyos. Ang mga nakakakilala sa Diyos ay masaya dahil ang Diyos ang pinagmumulan ng pinakadakilang kagalakan.

Sinusubukan ng mga tao na makahanap ng kaligayahan sa alak, seks, at pera, ngunit ang mga pahina ng kasaysayan ay puno ng mga kwento ng kanilang mga nawasak na pag-asa at mga pangarap na hindi natupad.

Ang oras na ginugol ko sa pagmumuni-muni ay nagpabunga sa buhay ko. Hindi kayang likhain ng isang libong bote ng alak ang kaligayahang naranasan ko sa pamamagitan ng pagmumuni-muni. Sa kagalakang iyon nakasalalay ang banal na patnubay at karunungan. Kapag ang isang tao ay naaayon sa Diyos, kahit na hindi sinasadyang magkamali, malalaman nila kung paano itama ang kanilang pagkakamali, at kung magpahayag sila ng isang hindi wastong opinyon, buong pagmamahal silang gagabayan at itatama ng Diyos.

Tama na ang paghihintay! Alam ng lahat ng nakakarinig o nakakabasa ng mga salitang ito na nagsasabi ako ng totoo. Kung ipapakita ko ang lahat ng kapangyarihang ibinigay sa akin ng Diyos, dadagsa ang mga tao sa akin hindi dahil sa pagmamahal sa Diyos, kundi dahil sa mga himala. Ngunit wala akong hangad para sa ganoong mababaw na disipulo. Dapat silang maakit hindi ng kapangyarihan, kundi ng pag-ibig ng Diyos, at iyon ang layunin ko sa buhay.

Kung hindi ko nakilala ang Diyos, hindi ako magsasalita sa ganitong paraan. Makikilala Siya ng lahat kung nais nila. Hindi ko sinusubukang hikayatin ang mga tao sa pamamagitan ng pag-apela sa kanilang mga emosyon, bagkus ay kinakausap ko ang kanilang mga isipan, tinutugunan ang kanilang lohika at pag-unawa. Walang silbi ang bulag na pananampalataya. Dapat paganahin ng isang tao ang mga kakayahan ng pag-unawa na ibinigay sa kanila ng Diyos at huwag tanggapin ang mga bagay sa totoong halaga. Sa halip, dapat nilang maunawaan ang mga sanhi, epekto, at lohika sa likod ng kanilang mga espirituwal na hilig at gawain. Kung mayroon akong isang libong bibig, gagamitin ko ang lahat ng ito upang magsalita tungkol sa Diyos at ang kahalagahan ng pagbaling sa Kanya at pagkilala sa Kanya.

Hindi alam ng tao kung ano ang mawawala sa kanya sa pagkawala ng kaalaman tungkol sa Diyos, sapagkat hindi niya Siya tunay na nakilala! At kapag nakaugnay na siya sa Kanya, walang kapangyarihan sa lupa ang makakapagtaboy sa kanya. Ang tanging hangarin ko ay bigyan ang mga tapat na naghahanap ng sulyap sa Diyos, sapagkat ang makita ang Kanyang liwanag at maranasan ang Kanyang kaligayahan ay higit na mahalaga kaysa sa lahat ng kayamanan at kaluwalhatian ng mundo. Ang pagkilala sa Diyos ay nakahihigit sa anumang kasiyahan sa lupa. At kapag natagpuan ng tao ang kayamanan ng mga kayamanan, lahat ng hangarin ng kanyang puso ay matutupad. Tunay nga, tinupad ng Diyos ang lahat ng aking mga hangarin, pangarap, at kahilingan.

Hindi ako nagsusumikap ngayon dahil palagi itong dumarating sa akin. Kapag ibinigay ng Diyos ang Kanyang sarili sa iyo, tutuparin Niya ang lahat ng iyong mga hangarin. Hindi mo na kailangang humingi ng kahit ano noon dahil lahat ng gusto mo ay nasa iyong mga kamay. Ngunit una,

dapat nating patunayan sa Diyos na mas gusto natin Siya kaysa sa lahat ng mga regalang ipinagkakaloob Niya sa atin.

Tinatawag tayo ng Diyos at nais Niya na bumaling tayo sa Kanya. Ang mga dakilang guro ay mga tagapanguna na ang mga yapak, kung susundin, ay magbibigay-daan sa atin na makinabang mula sa kanilang kaalaman at karanasan, na ginagawang mas madali para sa atin na tukuyin ang ating layunin at maabot ang kaligtasan. Tulad ng isang tao na maaaring maging isang dakilang iskolar sa pamamagitan ng pag-aaral mula sa isang dakilang iskolar, gayundin ang isang naghahanap ay maaaring maging isa sa mga pinakadakilang espirituwal na nilalang sa pamamagitan ng pagkuha ng kaalaman at karunungan mula sa isang guro na nagtataglay ng banal na kaalaman.

Ang isang piraso ng uling ay hindi tumatanggap o sumasalamin sa sikat ng araw, ngunit ang isang diyamante ay hindi. Gayundin, ang mga isipan na pinatigas ng pagdududa, negatibiti, at espirituwal na kawalang-interes ay hindi makakatanggap ng banal na liwanag. Gayunpaman, ang mga isipan na parang diyamante, na puno ng katapatan, pananampalataya, tiyaga, at tunay na determinasyon, ay maaaring tumanggap ng liwanag ng banal na kamalayan at sumasalamin sa banal na karunungan.

Para sa karamihan ng mga tao, ang relihiyon ay isa lamang tradisyon ng pamilya, isang benepisyong panlipunan, o isang kaugaliang nauugnay sa moralidad at etika. Kulang sila sa tunay na pag-unawa sa esensya at kahalagahan ng relihiyon.

Ang mga hindi naghahanap sa Diyos bilang pangunahing pangangailangan sa buhay ay hindi nakakaintindi sa kahulugan ng relihiyon. Bakit lahat ng tao ay nagsusumikap para sa pera? Dahil itinuturing nila itong mahalaga para sa kanilang kaginhawahan at kapakanan.

Hindi nila kailangan ng sinuman na magtuturo sa kanila ng maliwanag na katotohanang ito dahil alam na alam nila ito. Bakit nga ba hindi nauunawaan ng karamihan ang pangangailangang makilala ang Diyos? Dahil kulang sila sa tamang pag-unawa. Nakita ko noong bata pa ako na ang mga teolohikong sagot sa ilang mga tanong ay hindi maaaring magdulot ng ganap na kasiyahan sa kaluluwa maliban kung ang mga katotohanan nito ay masubok sa pamamagitan ng direktang kaalaman at karanasan.

Halimbawa, nang mawala ang aking ina sa murang edad at ang iba ko pang mga mahal sa buhay ay sunod-sunod na pumanaw, isang tahimik na paghihimagsik laban sa buhay ang isinilang sa aking kalooban, at walang sinuman ang makapagpapakalma sa akin o makapagpaliwanag sa katotohanan ng buhay at kamatayan. Sa wakas, napagpasyahan kong mahahanap ko ang sagot sa aking sarili sa pamamagitan ng aking sariling pagsisikap. At ginawa ko ang sumusunod na panata sa aking sarili: "Hindi ko tatanggapin ang anumang bagay nang walang taros, ngunit hahanapin ko ang sagot mula sa Lumikha at Panginoon ng sansinukob na ito."

Direkta kong hiniling sa Diyos na ipaliwanag ang mga hiwaga ng buhay na walang ibang makapagpaliwanag sa akin

Nagtaka ako kung bakit ang ilang tao ay ipinanganak na mahirap at ang iba ay mayaman, ang ilan ay bulag at ang iba ay malusog, habang ang iba ay hindi kayang lutasin ang misteryong ito na tila sumasalungat sa katarungan at awa ng Diyos. Sa wakas, ginabayan ako ng Diyos sa ilang naliwanagang mga gurong espirituwal na nakamit ang isang estado ng banal na pagkakaisa at natagpuan ang kasiyasigang mga sagot sa mga misteryo ng buhay sa pamamagitan ng kanilang panloob na kaalaman. Doon,

nakatanggap ako ng kasiya-siyang mga sagot sa lahat ng aking mga katanungan at nakakumbinsing mga paliwanag para sa lahat ng aking mga katanungan.

Maraming mga ekstremista sa relihiyon sa mundong ito. Ang ilan ay mayroon lamang emosyonal na pag-unawa sa relihiyon, at kapag ang kanilang mga emosyon ay minamanipula, sila ay nagiging histerikal sa relihiyon. Ngunit ang emosyonal na alab ay pumuputol sa koneksyon ng isang tao sa Diyos at nagtatakip sa kanilang espirituwal na pananaw.

Ang mga taong emosyonal ay laging nangangailangan ng isang bagay na magpapasigla sa kanilang mga damdamin at magpapasiklab ng kanilang mga espirituwal na pagnanasa. Kapag nagsasalita ka nang lohikal at makatwiran, nawawalan sila ng pagnanais na ipagpatuloy ang pag-uusap at makikitang nakakabagot at nakakabagot ang iyong mga salita. Ngunit ang pagmamanipula sa emosyon ng iba ay isang uri ng panlilinlang, isang insulto sa katalinuhan ng mga tao, at isang pagtatago ng mga espirituwal na katotohanan mula sa kanila.

Kasabay nito, mayroon ding mga relihiyosong ekstremista na may mga intelektuwal na hilig na nasisiyahan sa pag-aaral ng iba't ibang teolohikal o pilosopikal na pag-aaral, na nililinlang ang kanilang sarili sa paniniwalang mayroon silang mas mataas na antas ng sagradong kaalaman kaysa sa mga taong may emosyonal na impluwensya. Ngunit ang intelektuwal na pagpapasigla ay isa pang anyo ng "pamamanhid," o isa pang uri ng panlilinlang sa pag-iisip na hindi talaga nagbibigay sa naghahanap ng kanilang gusto, ngunit nagtagumpay lamang sa pagpapaalab ng kanilang mga emosyon at pagpukaw ng kanilang mga damdamin.

Ang mga panatiko sa relihiyon ay kulang sa malalim na pag-unawa sa relihiyon; madalas nilang inuulit ang mga bagay na hindi pa nila tunay na nauunawaan at ang epekto nito sa kanilang buhay ay hindi pa nila nararanasan. Kung magtatanong ka sa kanila ng espirituwal na bagay, nagmamadali silang sumipi ng mga kawikaan o banal na kasulatan, inaasahan na titigil ka roon dahil wala silang kakayahan para sa mahinahon, may layunin, at lohikal na diyalogo. Hindi pagmamalabis na sabihing sila ay mga walang laman na espirituwal na tagapagsalita lamang, at ang pakikipag-ugnayan sa kanila ay walang saysay dahil kumbinsido silang alam nila ang lahat mula simula hanggang katapusan, mula A hanggang Z.

Tiyak ang mga panatiko sa relihiyon na maliban kung naniniwala ka sa anumang paraan, ang iyong kapalaran ay pagkawasak.

Ang isang maalam na guro ay hindi nagtuturo sa ganitong paraan. Inilalahad niya ang kanyang opinyon at sinusuportahan ang kanyang mga argumento gamit ang ebidensya. Dapat bigyang-kasiyahan ng relihiyon ang ating mga espirituwal na pagnanasa at tuparin ang ating mga hangarin hindi sa pamamagitan ng mga salita kundi sa pamamagitan ng hindi mapabubulaanang patunay. Hindi ko kailanman ginustong maging napakahigpit na hindi ko magamit ang aking isip at mapagana ang aking pananaw. Nang makilala ko ang aking guro, si Sri Yukteswar, sinabi niya sa akin:

"Maraming guro ang hihiling sa iyo na maniwala matapos nilang bulagin ang iyong isipan at utusan kang sundin ang kanilang lohika at wala nang iba pa. Ngunit nais kong panatilihing bukas ang mga mata ng iyong isipan, at bilang karagdagan, bubuksan ko ang isa pang mata para sa iyo, ang mata ng karunungan."

Binigyan ako ni Sri Yuktsuwar ng isang aral na ang katotohanan ay aking makikilala mismo. Kaya naman tinahak ko ang landas na ito, kung saan walang sinuman ang makakapag-alis sa akin o makapagliligaw sa akin.

Ang isa pang sukduhan ay ang liberal na libertarian na sumusunod sa lahat at walang kinikilingan!

Dahil itinuturing niya ang kanyang sarili na bukas ang isipan at malawak ang pag-iisip, sinabi niya, "Lahat ng espirituwal na landas ay mabuti, kaya hindi ako mapapasunod sa alinman sa mga ito." Ngunit taglay ang lahat ng nararapat na paggalang sa lahat ng espirituwal na landas at paniniwalang pangrelihiyon, ang isa ay hindi dapat maging isang espirituwal na paru-paro na patuloy na gumagalaw at lumilipad sa lahat ng direksyon.

Dapat iwasan ang maling liberalismo at bulag na panatismo, at sa halip ay dapat yakapin ang karunungan upang magtagumpay sa mga espirituwal na pagsisikap at matagpuan ang layunin ng buhay.

Ang bawat pagsisikap na ginagawa ng isang tao para sa Diyos ay mapapansin Niya. Ngunit maliban kung ang isang tao ay sumunod sa landas patungo sa Diyos batay sa makatwirang pangangatwiran, ang kanilang espirituwal na pag-unlad ay magiging mabagal. Ang mga taimtim na naghahanap ay magkakaroon ng ilang kaalaman, ngunit ang mga bulag na naniniwala at mekanikal na nananalangin ay maaaring gumugol ng maraming pagkakatawang-tao bago maabot ang Diyos.

Maghanap hanggang sa matagpuan mo ang landas na naaayon sa iyong emosyonal at intelektwal na mga hilig, at magtiyaga sa landas na iyon. Suriing mabuti ang lahat ng iyong nababasa at natututuhan, at huwag tumanggap ng sinumang guro o turo nang hindi sila sinusubok.

Kayang makilala ng isang mag-aalahas ang pagkakaiba ng tunay at pekeng mga alahas. Gayundin, kayang makilala ng isang tunay na gurong espirituwal ang pagkakaiba ng mga taimtim na naghahanap at ng mga taong mausisa lamang. Ang ilan ay tumatanggap ng mga espirituwal na turo ngunit hindi ito inilalapat sa kanilang buhay. Gayunpaman, ang tunay na benepisyo ng anumang espirituwal na turo ay nakasalalay sa pagsipsip ng diwa nito at paglalapat ng mga praktikal na aspeto nito sa pang-araw-araw na buhay. Ang pag-uusap tungkol sa pagkain o ang simpleng pagtingin dito ay hindi nakakabusog sa gutom. Ang isang taong nagugutom ay dapat kumain hanggang sa sila ay mabusog. Gaya ng kasabihan, "Ang kumakain gamit ang kanyang mga ngipin ay nakikinabang sa kanyang sarili."

Ang mga espirituwal na naghahanap ay dapat munang turuan na makilala ang Diyos. Ang pagtutuon muna sa pera o kalusugan ay isang pang-abala mula sa layunin. Totoo na ang lahat ay nagmumula sa Diyos, ngunit ang mga naghahangad ng ibang mga bagay ay madarama ang mga limitasyon ng mga bagay na iyon, kahit na sila ang pinakamayaman at pinakamalusog. Ang mahusay at maalam na gurong espirituwal ay nakakakilala at nagmamahal sa Diyos, at ang kanilang pagnanais para sa Diyos ay higit sa lahat ng iba pang mga pagnanasa.

Sinubukan akong hikayatin ng isang mangangaral na tanggapin ang kanyang espirituwal na patnubay, at ipinangako sa akin na magkakaroon ako ng maraming tagasunod bilang resulta. Ngunit hindi ako nagustuhan ng kanyang alok dahil ang tanging layunin ko ay ang Diyos, hindi ang mag-ipon ng mga tagasunod. Ang mga tunay na guro ay palaging susubukang ikintal sa iyo ang pagnanais na makilala ang Diyos; hindi ka nila kailanman dadalhin sa isang walang patutunguhan.

Ang pangunahing haligi ng relihiyon ay ang pagkakaisa sa Diyos. Ang mga lugar ng pagsamba ay hindi dapat maging mga lugar ng libangan, sayawan, pagpapalabas ng pelikula, o madalas na pagtitipon na panlipunan. Ang mga aktibidad na ito sa libangan ay nakakaabala sa mga tao mula sa Diyos. Ang libangan ay dapat na nasa labas ng mga lugar ng pagsamba, na dapat bisitahin ng mga tao para sa isang layunin lamang: ang kumonekta sa Diyos. Ang pakiramdam ng banal na presensya sa mga lugar ng pagsamba ang pangunahing layunin ng pagbisita sa mga banal na lugar at sagradong lugar na ito. Ito ang aking buong pusong pinaniniwalaan at ang aking isinasabuhay.

Kung ikukwento ko sa iyo ang tungkol sa isang kamangha-manghang prutas na aking natuklasan at ilarawan ito sa iyo nang masusing araw-araw sa loob ng isang buong taon nang hindi mo ito natitikman, hindi ka magiging sapat na kumbinsido sa halaga nito. Gayundin, ang pakikinig lamang sa mga sermon at lektura tungkol sa katotohanan ay hindi makakapagbigay-kasiyahan sa gutom ng kaluluwa. Ang mga kuntento na sa pakikinig nang hindi nagsisikap na makilala ang Diyos ay nagkakamit lamang ng maling kasiyahan. Dapat makaramdam ng matinding gutom sa Diyos, na hinahanap Siya nang taimtim at taos-puso. Ang layunin ng mga lektura, sermon, at lektura sa relihiyon ay upang gisingin ang isang lumalaking espirituwal na pananabik para sa Diyos sa loob ng kaluluwa.

Paminsan-minsan, may nakakakilala sa akin na may nararamdaman akong pananabik sa Diyos. Ngunit ang pagkilala sa Diyos ay higit pa ryan! Ang naghahanap na tunay na nakakakilala sa Diyos ay minsan nakikita ang buong sansinukob na puno ng Kanyang liwanag—isang kamangha-mangha at kamangha-manghang karanasan! Ngunit hindi ito maaaring mangyari sa isang iglap. Ang pagkilala sa Diyos ay nangangailangan ng mahaba at

patuloy na pagsasagawa ng mga espirituwal na landas at pamamaraan na humahantong sa kaalaman ng Banal na Diyos.

Ang pagnanais para sa kaligayahan ang pinakamalakas sa lahat ng mga pagnanasa. Ang tunay at pangmatagalang kaligayahan ay matatagpuan lamang sa Diyos. Kapag natuklasan mo ang Kanyang presensya, ikaw ay mapupuno ng napakalaking kagalakan, isang kagalakan na hindi mo matatagpuan kahit saan o sa anumang bagay. Sinabi sa akin ng aking guro, si Sri Yuktiswar:

Kapag ang iyong kagalakan sa pagmumuni-muni at espirituwal na pagkakasundo ay higit pa sa lahat ng iba pang kagalakan, natagpuan mo na ang Diyos. Kung ibinigay sa iyo ang buong mundo, hindi mo malalaman kung paano ito haharapin; makakaramdam ka ng pasanin at patuloy na pagkabalisa tungkol sa lahat ng bagay. Kung alam mo ang buhay ng mga hari, pangulo, prinsipe, at mga kilalang tao sa mundo, matutuklasan mo na sila ay hindi mapakali at may sama ng loob, hinahampas ng mga alon ng problema at hinahampas ng hangin ng pag-aalala mula sa bawat panig. Ginugol nila ang kanilang mga araw na parang mga puppet sa mga kamay ng kapalaran. Ngunit ang taong kaisa ng Liwanag ng Mundo ay isang tunay na masayang tao. Kahit na wala silang ari-arian, taglay nila ang lahat dahil taglay nila ang kaligayahan. Ang taong kaisa ng Diyos ay walang kinatatakutan dahil ang Diyos ay nananahan sa kanilang puso, at ang pusong kinaroroonan ng Diyos ay malaya sa takot at pag-aalala.

Lahat ng lugar ng pagsamba ay may layunin, at kaya nga mahal ko silang lahat. Kapag ang mga ito ay naging mga lugar ng tunay na pakikipag-ugnayan sa Diyos, natutupad nila ang kanilang dakilang misyon. Ang mga lugar na ito ay dapat na parang mga bahay-pukyutan na puno ng

pulot-pukyutan ng kaalaman ng Diyos, at doon nakasalalay ang kanilang kahalagahan at halaga. Mahal ng Diyos ang mga tapat na puso na lubos na nakatalaga sa Kanya, at dadalawin Niya ang mga pusong iyon kahit na ang mga may-ari nito ay sumasamba sa labas sa ilalim ng bukas na kalangitan. Kapag nagtitipon ang mga tao upang sumamba, dapat nilang gawin ito dahil sa pagmamahal sa Diyos at sa pagnanais na madama ang Kanyang presensya. Ang mga tapat na naghahanap ay hindi nasisiyahan sa dogmatismo, katigasan, at kayabangan sa teolohiya. Ang mahalaga sa kanila ay isang epektibong paraan upang kumonekta at maabot ang Diyos.

Kapag iniibig ng isang tao ang Diyos nang buong pagkatao niya, lahat ng kanyang kilos ay ibabatay sa katotohanan, at ang kanyang pagmamahal sa Diyos ay hindi magpapahintulot sa kanya na pagsamantalahan o linlangin ang mga tao para sa kanilang sariling pansariling interes.

Gaano man kalalim ang kadiliman, itinataboy ito ng liwanag kapag ito ay sinindiha. Kung sisindiha natin ang lampara ng banal na pag-ibig sa ating sarili, ang kadiliman ng kamangmangan ay maglalaho. Ang agham ng espirituwal na yoga ay tumutulong sa naghahanap na ituon ang kanilang isip sa Diyos at ituon ang pagmamahal ng kanilang puso patungo sa Kanya. Nag-aalok din ito ng isang napatunayan at siyentipikong pamamaraan upang paganahin ang naghahanap na makamit ang sagradong pagkakasundo na kinakailangan para sa lubos na pagmamahal sa Diyos.

Binigyan tayo ng Diyos ng kakayahang mahalin ang ating pamilya at mga kaibigan, at dapat nating gamitin ang kakayahang iyon upang mahalin Siya tulad ng pagmamahal natin sa ating pinakamamahal na mga tao sa mundong ito. Dapat nating masabi, "Mahal kita, Panginoon, tulad ng

pagmamahal ng isang ama sa kanyang anak, tulad ng pagmamahal ng isang mangingibig sa kanyang minamahal, tulad ng pagmamahal ng isang kaibigan sa kanyang kaibigan, mahal kita dahil ikaw ang pinagmumulan ng lahat ng pagmamahal at lahat ng kabutihan sa buhay, at dahil ikaw ang aking ama, aking ina, aking kaibigan, aking panginoon, aking minamahal, at lahat ng bagay sa buhay para sa akin."

Kapag tunay na iniibig ng isang tao ang Diyos mula sa puso, nararamdaman niya ang pagmamahal na iyon para sa Kanya araw at gabi

Maraming tao ang tumatawag sa iyo na "pinakamamahal ko" o "pinakamalapit kong kaibigan" ngayon, para lang iwan ka bukas sa kung anong dahilan. Hindi ito pag-ibig. Ang mga pusong puno ng Diyos ay hindi makakasakit ng sinuman. Kapag minahal mo ang Diyos nang walang kondisyon, pinupuno Niya ang iyong puso ng Kanyang dalisay na pag-ibig para sa lahat. Ang pag-ibig na iyon ay lampas sa kapangyarihan ng sinumang dila ng tao na ilarawan.

Hindi maaaring mahalin ng isang tao ang Diyos nang buong puso maliban kung kilala niya ang kanyang sarili. Ang pagkilala sa sarili ay minsan nangyayari nang hindi namamalayan habang natutulog nang mahimbing kapag alam ng isang tao ang kanyang sariling pagkatao bilang isang espiritu. Ngunit maaari rin itong makamit sa pamamagitan ng meditasyon. Kapag kilala ng isang tao ang kanyang sarili bilang isang espiritu, natuklasan na niya ang presensya ng Diyos sa loob. Ang repleksyon ng buwan ay hindi malinaw na nakikita sa malabo o naaalog na tubig, ngunit kapag ang ibabaw ng tubig ay kalmado at malinaw, ang imahe ng buwan ay perpektong lumilitaw. Totoo rin ito sa isip: kapag ang isip ay nasa kapayapaan, malinaw mong

nakikita ang mala-buwan na mukha ng iyong kaluluwa, dahil ang mga kaluluwa ay repleksyon ng Diyos. Kapag hinuhugot natin—sa pamamagitan ng meditasyon—ang magulong mga kaisipan mula sa lawa ng isip, nakikita natin ang ating sarili bilang isang purong repleksyon ng banal na espiritu, at napagtatanto natin na ang kaluluwa at ang Diyos ay iisa.

Itinuturo rin sa atin ng Yoga na kumuha ng enerhiya at kamalayan mula sa katawan at idirekta ang mga ito patungo sa kanilang pinagmumulan, na siyang Diyos. Itinuturo rin nito sa atin na pangasiwaan at baguhin ang puwersa ng buhay mula sa pisikal na kamalayan tungo sa banal na kamalayan.

Kapag ang isang tao ay nananalangin sa Diyos, ang kanilang isip at pokus ay dapat na ganap na nasa Kanya, nang hindi iniisip ang anumang bagay sa mga sandaling iyon. Alam ng Diyos ang ating mga iniisip, at dapat nating ituon ang ating mga isip sa Kanya habang nagmumuni-muni at nananalangin. Kung ang ating mga iniisip ay nagsimulang gumala—na siyang kanilang likas na katangian—dapat natin itong ibalik sa pokus at pagmumuni-muni nang paulit-ulit. Kapag nananalangin ako sa Diyos, ang aking isip ay nakatuon sa Kanya. Kung lilinangin mo ang tahimik na kapangyarihang ito ng pokus, matutuklasan mo na balang araw, gaano ka man ka-abala, lilipas ang mga araw at gabi na ang iyong isip ay nakatutok sa Diyos.

Dapat din nating mahalin ang iba nang taos-puso. Ang karaniwang tao ay hindi kayang magmahal nang ganito dahil nakakulong sila sa kanilang maliit na ego at samakatuwid ay hindi pa nila napagtatanto na ang Diyos ay nananahan sa kanila at sa lahat ng iba pang nilalang. Mahal ko ang mga tao at tinatrato ko sila nang pantay-pantay dahil lahat sila ay espirituwal na repleksyon ng Diyos. Hindi ko maaaring ituring na estranghero ang sinuman sa akin dahil alam kong

lahat tayo ay bahagi ng iisang banal na espiritu. Kapag naunawaan mo ang tunay na kahulugan ng relihiyon, na siyang pagkilala sa Diyos, mapagtatanto mo na Siya ang iyong mas mataas na sarili at na Siya ay umiiral nang pantay at walang kinikilingan sa lahat ng Kanyang nilikha. Kung gayon, magagawa mong mahalin ang lahat bilang iyong mas mataas na sarili.

Hindi ko hangad na makaakit ng mga tagasunod, dahil hindi iyon ang layunin ko sa buhay. Wala akong pakialam kung daan-daan o libo man ang dumalo sa aking mga lektura o mananatiling bakante ang mga upuan. Sa totoo lang, mas gusto ko ang iilang tapat na mananampalataya kaysa sa daan-daang mausisa ngunit hindi tapat. Ang tanging layunin ko ay tulungan ang mga tao na makilala ang kanilang sarili. Kapag napagtanto ng mga tao na ang pagkilala sa Diyos ay isang sagradong tungkulin at isang espirituwal na pribilehiyo, masasaksihan natin ang isang bagong bukang-liwayway sa mundong ito. Ang mga libro, sermon, at lektura ay hindi na sasapat upang masiyahan ang naghahanap na tunay na naghahangad na madama ang presensya ng Diyos. Ngunit kapag naunawaan nila ang katotohanan, malalaman nila kung ano talaga ang buhay.

Dapat nating ilapat ang mga katotohanang ating naririnig at nababasa upang hindi lamang manatiling mga ideya kundi maging matibay na paniniwala. Ang pagbabasa ng Banal na Kasulatan ay dapat pumukaw sa espirituwal na naghahanap ng pagnanais na makilala ang Diyos. Ngunit walang kapalit ang malalim na pagmumuni-muni upang maabot ang marangal na layuning iyon.

Ang tunay na kailangan ay espirituwal na karanasan. Tanging ang banal na pagkakasundo ang makapagpapawi ng matinding pagkabagot na nagmumula sa kawalan ng layunin sa buhay. Ang espirituwal na karanasan ay isang

tiyak na katotohanan at maaaring makamit sa pamamagitan ng pang-araw-araw at mapagnilay-nilay na pagninilay. Posibleng makilala ang Diyos sa pamamagitan ng pagmumuni-muni. At kapag naranasan mo ang Kanyang presensya, ang mga pagdududa ay maglalaho, ang ulap ng kamangmangan ay maglalaho, at makakaramdam ka ng kapayapaan na hindi mo pa naramdaman noon, dahil ang banal na kapayapaan ay walang kapantay.

Panahon na para matuklasan ng mga tao ang katotohanan para sa kanilang sarili. Ang sinasabi ko sa iyo, maaari mo ring matuklasan kung nais mo. Ang mga turong ito ay maaaring mukhang pilosopikal sa ilan, ngunit ang mga sumusunod sa mga ito ay alam ang kahalagahan nito at aani ng mga gantimpala.

Laging sinasabi sa akin ng aking guro sa bawat bagong espirituwal na turo na natatanggap ko mula sa kanya: "Dapat mong malaman ang katotohanang ito" At ginawa ko nga!

Nang matagpuan ko ang aking guro at natuklasan ang landas na ito, natiyak ko mula sa aking sariling karanasan na ito ay isang mabuting landas na patungo sa kaalaman ng Diyos at sa katotohanan, at samakatuwid ay inialay ko ang aking buong buhay sa kanya at sa paglilingkod sa sangkatauhan.

Sumainyo ang kapayapaan saan ka man naroroon sa malawak na mundong bigay ng Diyos

Mga sulyap sa espirituwal na kaalaman

Sinabi ng guro sa isang disipulo na humingi ng kanyang
:gabay sa espirituwal na landas

Huwag mong hangarin ang pagkilala sa iyo at sa iyong
mga espirituwal na tagumpay, kundi ang Diyos lamang ang
hanapin mo

Kapag napagtanto mo na may kapayapaan sa loob mo,
mapagtatanto mo na may kapayapaan at pagkakaisa sa
.lahat ng kabutihan sa nilikha

Makikita mo Siya sa kagandahan ng kalikasan,
mararamdaman ang Kanyang presensya sa tunay na
pagkakaibigan, at mararanasan ang Kanyang mga
pagpapala sa marangal na mithiin at marangal na mga
intensyon, malaya sa makasariling mga layunin.
Mararamdaman mo ang Kanyang presensya sa likod ng mga
.belo ng katahimikan

At sa lahat ng kahanga-hangang bagay

Kumatok nang taimtim sa pinto at ang tabing ay aalisin
at makikita mo ang pinakamaluwalhating mukha sa lahat ng
.kariktan at kadakilaan nito

Kung mahal mo ang Diyos, mararamdaman mo ang
Kanyang pagmamahal, at wala nang iba pang
makakapanlinlang sa iyo. Ang mga materyal na karanasan
.ay tutukso sa iyo

Dahil hindi mo pa natitikman ang espirituwal na
kaligayahan, kapag naranasan mo na, malalaman mo ang
.pagkakaiba

Maging malaya sa pagpili. Huwag hayaang may
humadlang sa iyo, at huwag hayaang kontrolin ka ng
.sinuman o makialam sa iyong kaligayahan

Ang iyong sarili ay isang hiwalay na bahagi ng kabuuan
ng kosmiko at dapat mong mahanap ang perpektong
kabuuan upang maranasan ang maligayang kamalayan at
.matikman ang mga kasiyahan ng banal na pag-ibig

Paglabas ng pagmamahal mula sa mga piitan ng poot at
hinanakit

Hinihiling namin sa Iyo, Panginoon, na liwanagan Mo ang
aming mga kaluluwa

At buhosan mo ng masaganang pagpapala ang iyong
mga mangingibig at ang mga humihingi ng iyong tulong

At nawa'y ilayo Niya sa atin ang mga multo ng digmaan,
karahasan, at kamatayan

At magbigay-inspirasyon sa amin na gawing layunin ang
kapayapaan

At ang pag-ibig ang ating pinagkukunan

Ang aming layunin ay ang paglaya mula sa mga
mahigpit na paghihigpit

* * *

Kung ang isang tao ay nagsusumikap lamang na mag-
ipon ng pera at matupad ang mga pagnanasa ng katawan

Kakaunti at walang kabuluhan ang mga kinikita niya

Dahil darating ang araw na iiwan niya ang lahat ng
makamundong pakinabang

Ngunit kung siya ay yumaman sa pamamagitan ng
Diyos

Siya'y magiging mas mayaman kaysa sa lahat ng hari at
mayayamang tao sa mundo

Ang mga pinagpalang kayamanang iyon ay nasa pag-
aari ng mga nagmamahal sa Diyos

Yaong mga hindi nasisiyahan sa anumang bagay
maliban sa kayamanan ng kaluluwa

Habang nagsisikap silang paunlarin ang kanilang mga
espirituwal na hilig

At upang pangalagaan ang kanilang pananabik sa
pinagmumulan ng kanilang buhay

At ang muling pagkabuhay ng pag-ibig mula sa
kaibuturan ng poot at malisya

Itinataas nila ang kanilang kamalayan kaysa sa
makikitid na makamundong pagsasaalang-alang

Patungo sa mga abot-tanaw ng kalayaan, kapayapaan,
liwanag, at kagalakan

Napagtanto nila ang kanilang walang hanggang lawak

Nakakaranas sila ng panibagong pananaw at kaalaman

At habang naghahasik sila ng mga binhi ng mabubuting
kaisipan at gawa

Sa mga espasyo ng kanilang kamalayan

Nabuksan ang kanilang mga pananaw

At ang kanilang mga kakayahang pangkaisipan ay
naisaaktibo

Philamson, ang kanilang tunay na diwa

Natatagpuan nila ang kaharian ng Diyos sa kanilang
sarili

Hinihiling namin sa Diyos na Makapangyarihan na
gabayan kami upang mabago namin ang aming mga sarili

At inilalabas natin ang ating espirituwal na pagkatao
mula sa mga piitan ng kadiliman

Patungo sa mga espasyo ng kalayaan, katahimikan, at
mga ilaw ng kaalaman

Ang mga sariwang prutas at gulay ay mahahalagang
sustansya

Mula sa isang lektura tungkol sa nutrisyon

Inihatid sa Encinitas, California - Hunyo 1940

Ang protina ng karne ay hindi lamang ang mahalagang
pinagkukunan ng enerhiya

Ang ilan sa mga mineral na asin na matatagpuan sa
mga hilaw na gulay at prutas ay mahahalagang
.pinagkukunan din

Bagama't ang malaking bahagi ng karne ay nagbibigay
ng malaking dami ng enerhiya, kung ang karne ang
nangingibabaw sa diyeta sa loob ng mahabang panahon,
hindi na nito maibibigay ang enerhiyang iyon. Bukod pa rito,
ang labis na paggamit ng protina ay maaaring humantong sa
protein toxicity, isang pinagmumulan ng pagkapagod at
sakit. Sa madaling salita, ang sobrang protina ay kasing-
.nakakapinsala ng sobrang kakulangan nito

Kung gusto mong mawala ang pagkapagod, ang isang
lunas ay nasa wastong nutrisyon. Ang karne ay maaaring
magbigay ng pansamantalang enerhiya, ngunit nagdudulot
ito ng maraming lason sa katawan. Ang pagkain ng mas
maraming hilaw at hindi lutong pagkain ay makakabawas sa
pakiramdam ng pagkapagod at mag-iiwan sa iyo ng
.enerhiya

Ang mga juice ay nagbibigay ng malaking tulong sa enerhiya, ngunit ang mga buong prutas at gulay ay nag-aalok ng mas malaking nutritional value. Gayunpaman, may mga taong ayaw talagang maglaan ng oras sa pagkonsumo .ng mga ito sa ganitong paraan

Kinukuha ng sistema ng pagtunaw ang mga kemikal na sangkap at ipinamamahagi ang mga ito sa angkop na mga uri ng selula sa buong katawan

Ang katawan ay binubuo ng maraming elementong kemikal, at dapat punan ng pagkain ang mga kakulangan sa .mga elementong iyon araw-araw

Ang pang-araw-araw na pagkain ay dapat magsama ng sapat na dami ng protina, bitamina, mineral, ilang taba at langis, at angkop na dami ng natural na carbohydrates, habang binabawasan ang mga pinong starch at pinong .asukal hangga't maaari

Isang magandang pinagkukunan ng enerhiya ang pinaghalong orange juice at giniling na almendras, dahil mas mahusay na natutunaw ang mga almendras kapag hinaluan .ng orange juice

Mahalaga ring uminom ng maraming likido. Kung walang makukuhang de-kalidad na tubig, ang sariwang katas ng prutas, tubig ng niyog, at pakwan ay mainam na .suplemento at bahagyang pamalit sa purong tubig

Sa hinaharap, mas madalas nang iinom ng mga tao ng fruit juice at vegetable juice dahil sa mga benepisyong .pangkalusugan na ibinibigay ng mga juice na ito

Parehong masama ang mga inferiority complex at superiority complex

Ang inferiority complex ay kasing sama ng superiority complex dahil ang isang taong nakakaramdam ng pagiging mababa ay hindi maipapakita ang superiority na nasa loob .niya

Ang tao, na may espirituwal na kalikasan, ay pinagkalooban ng sagradong kislap, at mali at mali ang mag-isip na siya ay mababa o mag-isip na siya ay nakahihigit sa lahat at kumilos na parang isang taong walang dignidad o .pinagmulan

Kapag ang isang tao ay nagpapakita ng pagmamataas, ang makapal na anino ng pagmamataas ay nagtatakip sa liwanag ng Diyos sa loob ng kaluluwa

Samakatuwid, dapat iwasan ang magkabilang buhol nang magkasama dahil pareho itong hadlang sa espirituwal .na pag-unlad

Damhin natin na ang Diyos ay kasama natin, nagbibigay-inspirasyon at gumagabay sa atin, at Siya ang .pinakadakilang pag-ibig sa ating buhay

Ang mga nakakakilala sa Diyos ay nakakaramdam na sila ay mga lingkod ng lahat at hindi iniisip na sila ay mas magaling kaysa sa iba

Ang inferiority complex ay iniuugnay sa mga taong may mahinang ideya at mahinang subconscious, habang ang superiority complex ay nagmumula sa poot at maling .kayabangan

Ang parehong mga buhol na ito ay mapanira sa espirituwal na paglago at nakabatay sa ilusyon at pagwawalang-bahala sa katotohanan, sa halip na sa .mahusay na pag-unawa at tamang paghatol

Ang tiwala sa sarili ay dapat linangin sa pamamagitan ng pagdaig sa mga minanang kahinaan ng tao. Ang mga nagnanais nito ay dapat magsikap na maranasan ang tamis nito sa pamamagitan ng mga nasasalat na tagumpay sa kanilang buhay, sa gayon ay mapapalaya ang kanilang sarili mula sa mga komplikasyon ng kababaan at kayabangan, sa .tulong ng Diyos

Ang sikreto at pinagmumulan ng sigla

Ang katawan ay nangangailangan ng ilang oras upang gawing enerhiya ang pagkain. Ngunit anumang bagay na nagpapasigla at nagpapagana ng kalooban ay lumilikha ng .agarang enerhiya

Ang lakas ng loob ay kumukuha ng sigla mula sa mga selula ng katawan at mula sa imbakan ng enerhiya ng utak kung saan nakaimbak ang enerhiyang kinukuha mula sa .pagkain

Ang kalooban ay kumukuha rin ng bagong aktibidad mula sa kosmikong pinagmumulan patungo sa katawan sa .pamamagitan ng spinal cord

Samakatuwid, ang sikreto sa sigla ay nakasalalay sa pagpapanatili ng enerhiya na mayroon ang isang tao at pagdadala ng bagong enerhiya sa katawan sa pamamagitan .ng paghahangad

?Paano iyon ginagawa

Una, dapat kumilos ang isang tao nang kusang-loob at boluntaryo. Kung mayroong isang bagay na kapakinabang na gawin, dapat itong gawin nang kusang-loob .at sa pamamagitan ng pagpili

Kapag kusang-loob kang nagtatrabaho, mas malaki ang iyong enerhiya dahil hindi ka lamang kumukuha ng enerhiya

mula sa mga nerbiyos sa utak, kundi umaakit ka rin ng
.malaking daloy ng kosmikong enerhiya sa katawan

Ang babaeng naghahanda ng masarap na pagkain para
sa kanyang kasintahan ay puno ng kaligayahan at sigla

Pero kung mapipilitan siyang magluto nang labag sa
.kalooban niya, pagod na pagod na siya sa simula pa lang

Samakatuwid, ang lakas ng loob ay nagdudulot ng
enerhiya

:maikling kwento

Minsan, nakikipag-usap ako sa isang kaibigan tungkol sa
mga santo. Ang kaibigan ko ay isang broker, at hindi niya
nagustuhan ang aking sigasig. Sa halip, sinabi niya, "Lahat
ng tinatawag ninyong mga santo ay mga manloloko na hindi
nakakakilala sa Diyos." Hindi ko siya nakipagtalo, sa halip ay
iniba ko ang usapan, at nagsimula kaming mag-usap tungkol
sa propesyon ng brokerage. Matapos niya akong ikuwento
nang marami tungkol dito, malumanay kong sinabi, "Alam
mo ba na walang kahit isang mapagkakatiwalaang broker na
lahat sila ay sinungaling?" Nagalit siya at galit na sumagot,
"At ano ang alam mo tungkol sa mga broker?" Sumagot ako,
"Iyon mismo ang ibig kong sabihin. At ano ang alam mo
tungkol sa mga santo?" Hindi siya nakapagsalita. Nagpatuloy
ako nang mahinahon at mabait, "Wala akong alam tungkol
".sa brokerage, at wala kang alam tungkol sa mga santo

Mga anghel ng enerhiya

Nilikha tayo ng Diyos bilang mga anghel ng enerhiya

At inilagay tayo sa mga pisikal na katawan

Itinuon namin ang lahat ng aming atensyon sa mga
mahihinang katawan

At nakalimutan natin ang espirituwal na kaluluwa na
puno ng enerhiya ng kosmikong buhay

Ngayon kailangan nating magsikap nang husto na mag-
concentrate

Upang mabawi ang isang ganap na kamalayan

Ang ugat ng tagumpay ay nakasalalay sa lumalagong
espirituwal na pananaw

Sa pamamagitan nito ay nalalaman natin ang ating di-
materyal na kalikasan

At ang wangis ng Diyos ay nananahan sa atin

Ang unang bulaklak sa hardin ng ispiritwalidad ay ang
bulaklak ng pananampalataya at pag-asa

Gayunpaman, ang bunga ay ang aktwal na kaalamang
natamo sa pamamagitan ng pagsubok sa sarili

Maging optimistiko at tandaan na ang magagandang
bagay at mga pagpapala sa buhay ay naghihintay sa iyo

Basta't nagtatrabaho ka nang may katapatan at
dedikasyon

Upang maibalik ang nawalang banal na pamana

Ang isang tunay na espirituwal na tao ay isang
balanseng tao

Isang taong kontento, may mabuting kalusugan, at may
lumalagong kaunawaan

Taglay niya ang kayamanan ng kaluluwa at ang mga
kayamanan ng karunungan

Tiwala siyang darating ang tulong ng Diyos

Kahit gaano pa kahirap ang buhay at gaano man
kasama ang mga sitwasyon

Ang mukha ng Diyos ay nahayag sa atin sa kagandahan
ng kalikasan

At ang kanyang tinig ay nagsasalita sa atin sa
pamamagitan ng pino at maselan na mga himig

At mula sa matamis at banayad na tinig ng mga
mangingibig

At sa pamamagitan ng matunog na tinig ng tungkulin

Ang nagtutulak sa atin tungo sa kabutihan at
kapayapaan

Ang kaligayahan at kaalaman ay tinig ng Diyos

Na siyang tumatawag sa atin upang bumalik sa
pinagpalang tahanan

Isang bahay ng katahimikan at kapayapaan ng isip

At temasahin ang kanyang matamis na presensya

At ang walang kapantay at nakahihigit na kagandahan
nito

Ang mundo ay lubhang mapanlinlang, at dapat natin
itung lapitan nang ganito. Kung hindi muna natin
malalampasan ang mga panlilinlang at ilusyon nito, hindi
.natin matutulungan ang iba

Dapat nating tandaan na sa pag-iisa ng isang nakatutok
na isipan ay nakasalalay ang pabrika ng lahat ng dakilang
tagumpay. At sa kamangha-manghang pabrika na ito, dapat
nating patuloy na habihin ang mga huwaran ng ating
kalooban upang malampasan o epektibong harapin ang
.lahat ng masasamang pangyayari

Ang kalooban ay dapat na patuloy na sanayin at gamitin

Maraming pagkakataon ang tao na magtrabaho sa
pabrika na ito sa lupa basta't hindi niya sinasayang ang
kanyang oras at walang kabuluhang pag-aaksaya ng
.kanyang lakas

Sa gabi, lumalayo ako sa mga makamundong kahilingan
para makasama ang aking sarili

Malayo, malayo sa mundo

Nag-iisa kasama ang aking kalooban sa aking
espirituwal na pag-iisa

Kung saan ko itinuturo ang aking mga iniisip sa
direksyon na gusto ko

Malalim ang aking desisyon

Kapag inuudyukan ko ang aking kagustuhan na makisali
sa malusog at kapaki-pakinabang na mga aktibidad,
lumilikha ito ng tagumpay para sa akin. Sa ganitong paraan,
maraming beses ko nang nagamit nang epektibo ang aking
kagustuhan. Gayunpaman, nakakamit lamang ito sa
.pamamagitan ng palagiang paggamit ng kagustuhan

Kay gandang pakiramdam ang mararamdaman mo
kapag nasabi at napagtibay mo, "Ang aking kalooban, na
puno ng banal na kalooban, ay siyang magtatagumpay para
"!sa akin sa aking ninanais

Kung ang isang tao ay magiging kampante at
ipagkatiwala ang lahat sa banal na kalooban nang hindi
ginagamit ang sarili niyang kalooban na ibinigay sa kanya,
.hindi niya makakamit ang resultang kanyang hinahangad

Nais ng banal na kapangyarihan na tulungan ka nang
kusa

Dapat nating alisin sa ating mga isipan ang kaisipang
ang Diyos, sa Kanyang kapangyarihan at mga
kapangyarihang supernatural, ay malayo sa atin at nakatago
sa pinakamalayong bahagi ng kalangitan, at hindi natin
dapat kalimutan na ang banal na kalooban ay nasa likod ng
ating kalooban bilang tao, ngunit ang makapangyarihang
kapangyarihang iyon, tulad ng isang karagatan na umaapaw
sa mga pagtaas at pagbaba ng alon, ay hindi darating
maliban kung ang isip ay bukas at ang puso ay
.tumatanggap

Pagsusumamo

O Inang Pangkalahatan

Upang maging tanging apoy sa ating mga puso
At upang pawiin ang kadiliman ng ating mga kaluluwa
At sa aming mga luha ng pagmamahal para sa iyo
Hugasan ang ating pagmamahal sa mga makamundong
bagay

At ikinagagalak naming sumang-ayon sa iyo
Alisin ang aming kalungkutan at kalungkutan nang
minsan at magpakailanman
Gawing malaking puso ang ating maliliit na puso
Inaalagaan nito ang iyong buong presensya
At sa salamin ng iyong banal na kalikasan
Tingnan natin ang ating sarili bilang perpekto at dalisay
Nawa'y magningas ang apoy ng aming pagmamahal
para sa iyo
Sa ibabaw ng apoy ng mga makalupang pagnanasa

Milyun-milyong tukso ang nagbabalatkayo bilang ikaw

At lagi tayong nililinlang nito

* * *

!Halina, O dalisay at perpektong banal na kagalakan
Pumasok sa mga templo ng aming pananabik para sa
iyo

Hayaang maging mapayapa ang planeta
Sa ating mga bundok, sa madilim na gabi ng
kamangmangan

Nawa'y gabayan Niya tayo at ibalik tayo nang ligtas

!Patungo sa iyong ligtas at panatag na kanlungan

Mga Bulong mula sa Walang Hanggan

Ang unang quatrain ng Khayyam

Isinalin ni Edward Fitzgerald at ipinaliwanag ni Master
Paramahansa

Ang katanyagan ni Omar Khayyam sa Kanluran ay
nakasalalay sa salin ni Fitzgerald ng kanyang mga quatrain
noong kalagitnaan ng ikalabinsiyam na siglo, na itinuturing
.na pinakamahusay na salin sa Ingles

Itinuring ng gurong si Paramahansa si Omar Khayyam
bilang isa sa mga dakilang mistiko at may mataas na antas
ng kaalaman sa sarili, at ginamit niya ang simbolismo upang
ipahayag ang kanyang espirituwal at karanasan, at siya ay
hindi gaanong naunawaan, at ang mga mananaliksik ay
hindi sapat na sumisid upang maunawaan ang kanyang
.espirituwal na pilosopiya na itinago niya sa mga quatrain

Gumising! para sa Umaga sa Mangkok ng Gabi

Inihagis ang batong nagpapalipad sa mga bituin
At narito! nahuli na ng Mangangaso ng Silangan
Ang Turret ng Sultan sa Isang Bituin ng Liwanag

:Pagsasalin sa Arabe

Gumising ka, dahil ang umaga ay naghagis ng bato sa
sisidlan ng gabi

Lubos na pagkalat ng mga bituin

At narito ang mangangaso ng Silangan

Sinakop niya ang tore ng Sultan

Gamit ang isang tali ng liwanag

:Paliwanag at interpretasyon

:Paliwanag ng mga kahulugan

Umaga: Ito ang buwang-liwayway ng paggising mula sa
mapanlinlang na pag-iral sa lupa

Ang sisidlan ng gabi: ang kadiliman ng kamangmangan
na nakakulong sa imortal na kaluluwa sa makitid at
limitadong kamalayan ng tao

Bato: Espirituwal na pagpipino

Mga Bituin: Ang kaakit-akit na kislap ng mga materyal
na pagnanasa

Mangangaso ng Silangan: Ang makapangyarihang
karunungan Silanganin na sumisira sa mga labi ng mga
ilusyon

Isang tali ng liwanag: ang ningning ng pinagpalang
karunungan, na sumisira sa mapang-aping kadiliman na
bumabalot at gumagapos sa kaluluwa

:Interpretasyon

:Bumubulong ang panloob na katahimikan

Gumising! Iwanan ang pagkakatulog ng"
kamangmangan, sapagkat ang buwang-liwayway ng
karunungan ay sumikat na. Ihagis ang madilim na sisidlan ng
hindi alam gamit ang bato ng espirituwal na kahusayan
upang mabasag ito at ikalat ang malabo at nagniningning na
".mga bituin ng mapurol na materyal na mga pagnanasa

Masdan ang liwanag ng karunungan Silanganin, ang"
mangangaso at tagasira ng mga ilusyon, sapagkat
sinunggaban nito ang matayog na tore ng espiritu gamit ang
isang tali ng liwanag, at pinawi ang mahigpit nitong materyal
".na kadiliman, at tuluyan itong pinawi

O mga naninirahan sa lungsod ng mga ilusyon, iwanan"
ang pagtulog! Sapagkat ang sinag ng araw ng espirituwal na
"mensahe ng panloob na karunungan ay lumitaw na

Alamin kung paano gamitin ang matibay na bato ng
espirituwal na pagpipino upang basagin ang madilim na
sisidlan ng kamangmangan at palayasin ang pagnanais para
.sa pansamantalang materyal na kasiyahan mula rito

Kumuha ng aral mula sa mangangaso ng karunungan,"
na patuloy na naghahanap ng mga kaluluwang nananabik sa
liwanag at naghahanap ng katotohanan, upang palibutan sila
ng isang aura ng maluwalhating karilagan, ang karilagan ng
".walang hanggang kalayaan

Ang Pagbabalik ng Alibughang Anak

Minsan, maraming taon na ang nakalilipas, nakita ko
ang isa sa aking mga estudyante na naglalakad sa kabilang
direksyon

Dahil natanto ko ang hindi maiiwasang bunga ng
kanyang mga ginawa, sinubukan ko siyang hikayatin, gamit
ang lahat ng lohikal na paraan, na itigil ang kanyang
.ginagawa, ngunit nalaman kong hindi ko siya matutulungan

Dahil balak niyang tahakin ang landas ng kasamaan

:Sa huli, nasabi ko sa sarili ko

".Dahil gusto niya 'yan, hahayaan ko na lang siya"

Ngunit mabilis na bumalik ang aking pagmamahal at
pagmamalasakit sa kanya, kaya't naupo ako sa ilalim ng
puno ng igos at sinimulang isipin siya

Taglay ang masidhing sigasig, patuloy kong ipinadala sa
:kanya ang sumusunod na mensaheng intelektuwal

Inutusan ako ng Diyos na baguhin mo ang isip mo"

"tungkol sa kung ano ang balak mong gawin

Kinagabihan, isang malakas na intuwisyon ang
naramdaman ko sa aking katawan at isipan na nag-udyok sa
.akin na maniwala na siya ay tunay ngang babalik

Biglang lumitaw ang "alibughang anak," pagkauwi niya
:ay binati niya sila nang may pagyuko at sinabi

Buong araw, saanman ako magpunta at anuman ang"
gawin ko, nakita ko ang mukha mo. Anong ibig sabihin
"?noon

Sumagot ako: "Tinatawag ka ng Diyos sa pamamagitan
".ko. Iyon ang Kanyang tawag, hindi akin

Ang aking pagnanais ay hindi dulot ng pagkamakasarili,
ngunit determinado akong huwag umalis

Mananatiling bukas ang lugar na ito hanggang sa iyong
pagbabalik

Ang ganitong uri ng disenyo ay maaaring magdulot ng
malalaking pagbabago. Isa itong tunay na kamangha-
!manghang puwersa

Kapag itinakda mo ang iyong landas at nagpasyang
magpatuloy sa iyong landas, dapat mong buhayin ang iyong
kalooban at gumawa ng praktikal na pagsisikap, at
pagkatapos ay matutuklasan mo na ang lahat ng elemento
ng tagumpay ay darating sa iyo mula sa kung saan mo alam
.at kung saan mo hindi alam

Sa iyong kalooban, na puno ng banal na enerhiya,
nakasalalay ang sagot sa iyong mga panalangin

Kapag ginamit mo ang testamento na iyan, binubuksan
mo ang bintana kung saan makakatanggap ka ng tugon sa
.iyong mga panalangin

Iyan ang sarili kong karanasan. Noong nakaraan,
sinubukan kong gawin ang ilang mga bagay para lang
subukin ang aking kalooban, ngunit ngayon ay hindi ko na
ginagawa iyon dahil alam ko na ang resulta nang maaga:
lahat ng gusto ko ay nakakamit salamat sa Diyos na
.Makapangyarihan

"Mula sa aklat na "Ang Pinakamataas na Layunin ng Tao

Gawin nating pastol ng ating mga kaluluwa ang Diyos

At ang banal na liwanag ang tagamanman

Sa madilim na landas ng buhay

Siya ang gabay na liwanag sa mga gabi ng kalituhan

At ang araw ng katiyakan sa mga oras ng paggising

At ang gabay na bituin sa dagat ng kadiliman ng buhay
sa lupa

Hingin natin ang Kanyang tulong at hanapin ang
Kanyang inspirasyon

Dahil ang mundo ay magpapatuloy sa pagtaas at
pagbaba nito

Ang mga pangyayari nito ay magulong parang
nagngangalit na mga alon

?Saan tayo kukuha ng gabay

Wala ito sa ating pabago-bago at may kinikilingang mga
gawi

Hindi rin mula sa ating kapaligirang napapailalim sa
mga impluwensya

Hindi mula sa ating mga bansa o sa ating mundo

Bagkus, ito ang tinig ng gumagabay na katotohanan

Nagmumula sa kaibuturan ng kaluluwa

Sa bawat sandali, ang Diyos lamang ang aking naiisip

Isinuko ko ang aking kaluluwa sa kanya

Ipinagkatiwala ko sa kanya ang puso ko

Itinuon ko ang aking pagmamahal at pananabik sa
kanya

Wala tayong dapat pagkatiwalaan pa kundi ang Diyos

At dapat tayong magtiwala sa mga taong magpapakita
ng Kanyang liwanag

Ang liwanag na iyon ang aking gabay

Ito ang aking karunungan at aking pagmamahal

Ang puwersang walang talo

At ang katotohanang hindi kayang lampasan

Ngayon at magpakailanman

May mga taong masyadong matindi ang pag-iisip kaya naniniwala silang para magtagumpay sa buhay, kailangan .nilang magtrabaho na parang makina nang walang tigil

Sa kabilang banda, may mga taong hindi rin gaanong matindi kaysa sa kanila, dahil kapag naging interesado sila sa mga espirituwal na bagay, nawawalan sila ng pagnanasa .sa lahat ng iba pa, at iyon ay isang maling pananaw

Naniniwala sila, halimbawa, na hindi na kailangang gumawa ng anumang bagay na nangangailangan ng matinding konsentrasyon at pisikal na pagsisikap, at ipinapayo nila ang asetisismo at pagtalikod sa lahat ng materyal na bagay. Ngunit tinatakpan ng saloobing ito ang .intelektwal na pagwawalang-kilos

Sa ilalim ng balabal ng huwad na ispiritwalidad

Natuklasan ko na ang mga mahuhusay na guro ay interesado sa mundo ngunit walang anumang pagkahumaling dito. Kapag ang aking guro ay binigyan ng isang bagay na maganda, aalagaan at poprotektahan niya ito, ngunit kung ito ay masira o masira, tatawa siya at sasabihin, "Natapos na ang aking interes dito dahil labis nitong nakuha ang aking atensyon." Siya ay hiwalay dahil .wala siyang pagkakaugnay

Ganun din ang nararamdaman ko, pinahahalagahan ko ang ibinibigay sa akin ng Diyos, pero hindi ko ito .pinalalampas kahit mawala ko ito

Minsan, may nagbigay sa akin ng isang magandang amerikana na may kasamang sombrero, at isa itong mamahaling set na ikinatuwa kong alagaan at protektahan

ito mula sa pagkapunit at pagkadumi hanggang sa magsawa
na ako rito at sinabing: "Diyos ko, hindi ko kailangan ang
"!abala na ito

Isang araw, pumunta ako sa isang bulwagan sa Los
Angeles para magbigay ng lektura, at pagdating ko at
paghuhubad ko ng aking amerikana, narinig ko ang banal na
tinig na nagsasabing, "Dalhin mo ang lahat ng bagay na
.nasa bulsa ng amerikana." Kaya ginawa ko iyon

Pagkatapos ng lektura, bumalik ako sa silid-imbakan ng
amerikana at nalaman kong nawala na ang amerikana -
.nawa'y protektahan ka ng Diyos

Labis akong nalungkot tungkol doon, kaya may nagsabi,
"Huwag kang malungkot, bibilhan ka namin ng isa pang
amerikana." Sabi ko, "Hindi ako nalungkot dahil nawala ko
ang amerikana, kundi dahil hindi rin kinuha ng taong
kumuha ng amerikana ang sumbrerong bagay na bagay sa
".amerikana

Hindi natin dapat hayaang kontrolin tayo ng ating
emosyon. Paano magiging masaya ang isang tao kung ang
tanging mahalaga sa kanya ay ang kanyang mga damit at
?iba pang ari-arian

Hindi ito nangangahulugan ng hindi pagsusuot ng
malinis at maayos na damit o paglilinis at pag-aayos ng
bahay, kundi sa halip ay hindi labis na pagkahumaling o
.pagkahumaling sa mga bagay na ito

Nang maimbitahan ako sa isang salu-salo at ang lahat
ay napaka-elegante at maayos ang pagkakaayos, lubos kong
nasiyahan sa hapunan, ngunit ang aming mga host ay labis
na kinakabahan, dahil sa takot na baka hindi matuloy ang
lahat ayon sa plano, at dahil dito, sinira nila ang kapaligiran
.dahil sa kanilang pagkabalisa

Ang mga taong labis na sensitibo ay kadalasang nakakaramdam ng pagkabalisa at pagkadismaya ng iba. Bakit natatakot at nag-aalala? Dapat nating gawin ang ating makakaya, pagkatapos ay magpahinga at hayaang magpahinga ang iba. Dapat nating hayaan ang mga bagay na dumaan sa kanilang natural na takbo nang hindi pinipilit, at sa gayon ay makakatagpo rin ng kapayapaan ang mga .nakapaligid sa atin

Mga ani ng Parmenidean

Sa likod ng kalooban ng tao ay nakasalalay ang banal na kalooban at ang layunin ng walang limitasyong daloy ng .kosmikong enerhiya

Ito ay upang ipakita ang lahat ng mabuti at kapaki-pakinabang sa buhay

Dahil dito, sinumang mananatiling matatag at naaayon sa mas mataas na kalooban ay magkakamit ng tagumpay sa .tulong ng Diyos

Ang lakas ng loob ay enerhiya at pagnanais na nakatuon sa pagkamit ng isang tiyak na layunin

Walang magagawa kung walang determinasyon; sa katunayan, kahit isang simpleng kilusan ay hindi malilikha sa pang-araw-araw na buhay nang hindi ginagamit ang .determinasyon

Karamihan sa mga tao ay gumagawa ng mga bagay na hindi mahalaga at hindi itinutuon ang kanilang mga pagsisikap sa isang nakabubuting paraan

Ang hangarin ay iba sa kalooban, bagaman ang hangarin ay maaaring magsilbing katalista para sa kalooban

Sa pagpapaunlad ng lakas ng loob, dapat una sa lahat
ay magkaroon ng determinasyon at gamitin ang pang-
unawa, pag-unawa, at karunungan

Sinusundan ito ng pagsasanay at malay na paggamit ng
.kagustuhan upang makamit ang ninanais na layunin

Ang paglalakbay at pagsisikap ay dapat magpatuloy
hanggang sa makamit ang layunin

Kapag determinado ang isang tao na makamit ang isang
marangal na layunin, hindi na nararapat na tumigil sa
pagsisikap

O baka sumuko siya sa mga hindi kanais-nais na
sitwasyon

Kapag ang kamalayan ay naaayon sa mas mataas na
kalooban at pag-iisip at ang kalooban ay nakatuon sa isang
partikular na ideya nang walang pagkaantala, ang lakas ng
kalooban ay mapupuno ng walang hanggan at hindi
.mauubos na kosmikong aktibidad

Ang kalooban ng tao na pinamamahalaan ng
kamangmangan at mga pagnanasa ay nagdudulot ng sakit
at problema sa may-ari nito

Upang matikman ang tunay na kaligayahan, ang
mabubuting hangarin ay dapat malampasan ang
masasamang hangarin, at ang kalooban ay dapat ituro sa
tamang direksyon patungo sa pinagmumulan ng
.katotohanan at pinagmulan ng lahat ng kabutihang umiiral

Bakit dapat umiwas ang isang tao sa pagbibigay ng
maling patotoo? Dahil ang kasinungalingan ay
nagpapalaganap ng pagkukunwari at panlilinlang

Ang pagtataksil ay isa sa pinakamalaking kasalanan sa
paningin ng Diyos. Ang maling pag-akusa sa isang tao para

sa personal na pakinabang o dahil sa pagnanais na maghiganti ay isang uri ng pagsisinungaling. Kung susundin ng lahat ang gawaing ito, ang kaguluhan at anarkiya ay iiral .sa mga tao

Ang pakikinig sa maling patotoo laban sa ibang tao ay isang pagsang-ayon sa maling patotoo at pakikilahok sa kanyang kahiya-hiyang pag-uugali, at ang pakikinig at pagsang-ayon na iyon ay tiyak na mauuwi sa isang panloob na emosyonal na tunggalian na sisira sa kapayapaan ng .kaluluwa at gugulo sa katahimikan ng buhay

Kahit na pansamantala lamang itong makatwiran, ang aksyon ay sa huli ay magbabalik sa dati at lilikha ng pagkabalisa at sakit sa isipan na makakagambala sa .kamalayan at mananakit sa konsensya

Ang inggit ay mayroon ding mapaminsalang at kakilakilabot na mga kahihinatnan, dahil nagdudulot ito ng personal na pagdurusa sa taong naiinggit dahil ang mga iniisip at damdaming inilalabas ng isang tao ay babalik sa .kanya

Siya na nagbibigay ng pagmamahal at altruismo ay tatanggap din ng pagmamahal at altruistikong pagtrato, samantalang siya na nagpapadala ng mga kaisipan ng kasakiman, pagkamakasarili, at inggit ay magdudulot din ng .mga bagay na ito sa kanyang sarili nang pantay

?Bakit hindi dapat magnakaw ang isang tao

Ano kaya ang magiging kalagayan ng mundo kung ang lahat ay nabubuhay sa pamamagitan ng pagnanakaw, pagnanakaw, at pangingikil? Sa ganitong pagkakataon, magaganap ang pinakamatinding at pinakamasamang krimen. Magkakaroon ng matinding labanan upang

protektahan ang mga ari-arian at mabawi ang mga ninakaw
.na gamit

Ang pagnanakaw ay isang gawaing salungat sa mga
pamantayan ng lipunan at nag-aalis ng mga karapatan ng
iba, at samakatuwid ito ay labag sa mga batas ng buhay, at
ang mga lipunan ay walang angkop na pasilidad at
.epektibong pamamaraan upang harapin ang mga nagkasala

Kapag nabilanggo ang mga magnanakaw, maaaring
mas lalong maging nakatanim ang kanilang mga lumang
gawi, at maaari rin silang magkaroon ng mga bagong
masasamang gawi habang nakikihalubilo sa ibang mga
kriminal. Kung mangyari ito, mas magiging malala ang
kanilang kalagayan pagkalaya kaysa noong bago sila
.pumasok sa bilangguan

Hinihiling namin sa Iyo, Panginoon, na pagpalain Mo
kami upang hindi kami makarinig ng masama, makakita ng
masama, makapagsalita ng masama, o makahinga ng
masama

Hindi natin hinahawakan ang kasamaan, ni
nararamdaman ang kasamaan, ni iniisip ang kasamaan, ni
nananaginip ng kasamaan

:Ang mga puwersang ginagamit natin araw-araw

Ang ating mga pandama

at ang ating mga damdamin -

at ang ating katalinuhan -

Lahat ng ito ay hiram mula sa Diyos, at hindi tayo
mabubuhay kahit isang segundo kung wala Siya

Gayunpaman, habang ginagamit natin ang Kanyang
mga kaloob, hindi natin Siya iniisip nang nararapat, ni hindi
.natin Siya binibigyan ng atensyong nararapat sa Kanya

Bagkus, hinahabol natin ang mga makamundong
kasiyahan at makamundong ambisyon nang may ganap na
pagkakahanay at ganap na koneksyon sa materyal na
.mundo

Ito ang ugat ng lahat ng ating sakit at pagdurusa

Nilikha tayo ng Diyos ayon sa Kanyang wangis, at
samakatuwid ay hindi natin malalaman ang lasa ng tunay na
kaligayahan maliban kung matutuklasan natin ang Kanyang
presensya sa loob natin at malalasap ang nektar ng Kanyang
.kaligayahan sa ating mga kaluluwa

Hindi rin natin maaaring taglayin ang pinagpalang
kapangyarihang kinakailangan upang makamit, sa
.pamamagitan ng kalooban, ang kailangan natin araw-araw

Maliban na lang kung natatanto natin na ang Diyos ang
pinagmumulan ng lakas na iyon, dapat tayong umasa sa
Kanya at bumaling sa Kanya

Nang may mga pusong nagpapasalamat sa lahat ng
biyayang patuloy Niyang ibinubuhos sa atin

Kung kayo ay mapagpasalamat, tiyak na dadagdagan
Ko kayo [ng biyaya]

Kapag ang ating mga puso ay umaapaw sa pasasalamat
sa Pinakamapagbigay na Tagapagbigay, ang mga ito ay
nagiging mga sagradong templo para sa Kanyang
maluwalhating presensya, at iyon ang pinakadakilang
tagumpay na makakamit ng isang tao, dahil ang layunin ng
buhay ay ang tao ay maging kasuwato ng kanyang Lumikha,
.ang mapalapit sa Kanya, at ang makilala Siya

Hanapin muna ninyo ang kaharian ng Diyos at ang}
kaniyang katuwiran, at ang lahat ng mga bagay na ito ay
{idaragdag sa inyo

Sa pamamagitan ng patuloy na pag-alala sa Diyos at
pag-iisip nang may kabaitan tungkol sa Kanya, matatanto
natin na Siya ang ating minamahal, na tayo ang Kanyang
.mga hinirang, at tayo ay may bahagi sa Kanyang biyaya

Ang kaharian ng kaligayahan, pag-ibig, liwanag, at
kabutihan

Kapag pinagninilayan natin ang masaganang mga
pagpapala ng Diyos, na ang pinakadakila ay ang posibilidad
na gamitin ang kalayaan sa pagpili sa pagsunod sa tamang
landas na humahantong sa pagsunod sa mas matataas na
layunin at pagkamit ng espirituwal na kaligayahan, bawat
araw ay napupuno ng panibagong panloob na kagalakan, at
nadarama natin ang isang pinagpalang agos na dumadaloy
sa ating buhay, kaya't napupuno ng pasasalamat ang ating
.mga puso, at nagkakaroon ng lasa at kahulugan ang buhay

Ang taong, sa pamamagitan ng mapagnilay-nilay na
pag-iisip, ay nakakakita sa banal na batas na gumagana sa
isang mahiwagang paraan ay hindi tumitigil sa pagpuri,
pagpapasalamat, at pagpapakumbaba sa harap Niya na
.nararapat sa lahat ng pagmamahal, papuri, at pasasalamat

Alalahanin natin ang Diyos, ang pinagmumulan ng lahat
ng kabutihan sa buhay, at pagsamahin natin ang ating pag-
alaala sa taos-pusong pagmamahal na nagmumula sa
.kaibuturan ng ating mga puso

Sa Diyos, na siyang pinagmumulan ng buhay,
nagniningning ang pag-ibig, at walang humpay na
bumubuhos ang mga biyaya

Alalahanin natin nang may pagmamahal ang lahat ng mga nagsindi ng kandila para sa sangkatauhan, o naghasik ng mabubuting binhi sa lupa ng mundo, o nagpalaganap ng mga naliwanagang ideya, o naghikayat ng mabubuting gawa .at marangal na pag-uugali

Buksan natin ang ating mga puso sa pag-ibig, hayaan nating maging bukas ang ating mga isipan sa mga nakapagbibigay-liwanag na inspirasyon, at humingi tayo sa .Diyos ng tulong at patnubay

Sa mga bagay na ating iniisip at ginagawa

Nalalason ng takot ang puso

Ang isip ng tao ay isang malawak na imbakan ng enerhiya o mahahalagang aktibidad

Ang aktibidad na ito ay patuloy na ginagamit sa mga paggalaw ng kalamnan, paggana ng puso, бага, at diaphragm, metabolismo ng selula, mga reaksiyong kemikal ng dugo, at sa paggana ng mga motor sensory organ .(nerbiyos)

Bukod pa rito, malaking halaga ng mahahalagang enerhiya ang ginugugol sa pag-iisip, emosyon, at kagustuhan

Ang takot ay nagpapahina sa mahahalagang aktibidad at isa sa pinakamatinding kaaway ng aktibong kalooban

Pinipiga at hinahadlangan ng takot ang mga aktibidad ng buhay na karaniwang dumadaloy nang regular patungo sa mga nerbiyos, kaya't nagmumukha itong paralisado, at ang katawan ay nagiging matamlay at ang sigla nito ay kapansin-pansin at makabuluhang bumababa (ang takot ay isang nerve blocker!)

Hindi nakakatulong ang takot na alisin ang sanhi ng takot. Pinapahina nito ang kalooban at hinihikayat ang utak

na magpadala ng senyales ng hadlang sa mga organo ng katawan. Nilalason ng takot ang puso, pinapahina ang panunaw, at nagdudulot ng maraming pisikal na .karamdaman

Kapag ang kamalayan ay nananatiling nakatuon sa Diyos, wala kang matatakot at malalampasan mo ang bawat .balakid at hadlang

Nang may katapangan at pananampalataya. Ang "nais" ay isang pagnanais na kulang sa enerhiya, habang ang "intensyon" ay ang determinasyon na gawin ang isang bagay: upang matupad ang isang kahilingan o hangarin. Ngunit ang "kalooban" ay maaaring ipahayag sa pamamagitan ng pagsasabing: "Nagsusumikap ako nang ".walang pagod hanggang sa makamit ko ang gusto ko

Kapag sinanay mo ang iyong lakas ng loob, maaari mong ilabas at idirekta ang mga puwersa ng mahahalagang aktibidad, sa halip na maghangad ng isang bagay nang hindi .ginagawa ang kinakailangan upang makamit ito

Hindi tayo dapat mawalan ng pag-asa, bagkus ay dapat nating maunawaan na binibigyan tayo ng Diyos ng sunod-sunod na pagkakataon upang mapabuti ang ating mga kalagayan, mapahusay ang ating mga ideya, at lumikha ng mga bago at kapaki-pakinabang na bagay para sa ating sarili .at sa iba sa buhay

Kung hindi tayo kuntento sa ating pamumuhay, dapat tayong maghanap ng mga bagong paraan at pamamaraan na magbibigay sa atin ng kaunting kasiyahan at sikolohikal .na ginhawa

Dapat nating isipin ang paggawa ng isang bagay na magpapabuti sa ating mga kalagayan at gagawing

makabuluhan at sulit ang ating mga buhay, at pagkatapos
.ay isabuhay ito

Ang agarang kailangan ay isang pagbabago sa
kamalayan o isang pagbabago sa takbo nito

Dapat tayong magpasiya na hindi natin hahayaang
maapektuhan tayo ng mga problema at mawalan ng
balanse, at hindi natin hahayaang masira ng mga bagay na
nakababahala ang ating buhay, sakupin ang ating
.damdamin, at sirain ang ating kapaligiran

At upang hindi tayo maging biktima ng mga
mapaminsalang gawi at mapaminsalang mga ugali, at upang
tayo ay maging malaya at walang pigil na parang mga ibon
.sa himpapawid

Hindi na kailangang manatiling walang pagbabago at
walang pagbabago ang mga tao. Ang mga lambong ng
ilusyon ay dapat hubarin mula sa diwa ng kaluluwa upang ito
ay magingning sa kadalisan at lakas nito, na nagpapakita
ng marangal na karilagan na ipinagkaloob ng Diyos sa
.sangkatauhan

Pagpapalain ng Diyos ang mabubuting pagsisikap, mga
lehitimong ambisyon, at determinasyong magtagumpay

Sa likod ng ating buhay ay nakasalalay ang
kapangyarihan ng Kataas-taasang Espiritu, at sa likod ng
ating kalooban ay nakasalalay ang kosmikong karagatan ng
.Banal na Kalooban

Tayo ay mahalagang bahagi ng walang hanggang
karagatang iyon. Kapag narating natin ito at lumangoy dito,
lumalawak ang ating kamalayan at nadarama natin ang
.ating kalawakan

Ang pag-iisip tungkol dito ay naglalapit sa atin dito, at
ang pagninilay-nilay dito ay humahantong sa atin dito

Ang patuloy na pagsisikap na makasundo ito ay
nagbibigay sa atin ng kaalaman, determinasyon, at enerhiya

Ang pang-araw-araw na paghahanda ng kamalayan ay
nagdudulot ng banal na pag-ibig at mga pagpapala ng langit

Dumadaloy ito sa atin nang walang pagkaantala at
nagbibigay sa atin ng masaganang bahagi ng mga
kayamanan ng karagatan

Mayroong nakatagong banal na kamalayan sa loob ng
bawat tao, isang kamalayang naghihintay ng pagkakataong
.ipahayag ang sarili nito

At upang makalabas sa makitid at mahigpit na silong ng
ego

Kung paanong ang isang tao ay nagising mula sa isang
nakakagambalang bangungot at napagtanto na ang kanyang
nakita ay walang iba kundi isang panaginip, gayundin ang
banal na kamalayan ay hinihimok ang isang tao na magising
mula sa bangungot ng pagkakatulog at pagkalito tungo sa
isang bagong kamalayan at mahusay na pag-unawa sa
.kahulugan at layunin ng buhay

Kung nais nating maranasan ang buwang-liwayway ng
espirituwal na paggising at masaksihan ang mga liwanag ng
katiyakan, dapat nating pakinggan ang panloob na tinig

Tumutugon tayo sa pag-uudyok nito. Dapat nating alisin
sa landas ang mga bato ng ilusyon at ang mga bato ng
kamangmangan na humahadlang sa pag-unlad ng kaluluwa
.at humahadlang sa paggalaw nito

At kumatok tayo gamit ang kamay ng pananabik sa
pinto ng paggising mula sa pagkakatulog ng kawalang-

pakialam, upang ating malanghap ang mga simoy ng
kaligayahan at magdala ng makalangit na kuryente sa bawat
.ating iniisip at bawat ating nararamdaman

At bawat isa sa ating mga gawa

Hinihiling namin sa Diyos na Makapangyarihan na
buksan ang mga bintana ng kamalayan sa aming
kamalayan, punuin kami ng liwanag ng karunungan,
palibutan kami ng Kanyang pagmamahal, at balutin kami ng
.Kanyang walang hanggang habag

Sa mga lumapit sa akin, may mga taong sinabihan ko
mula pa sa simula, nang lantaran, na hindi mabuti ang
kanilang mga motibo, at hiniling ko sa kanila na baguhin ang
.mga motibong iyon

May ilan sa kanila na hindi nagustuhan ang sinabi ko,
.ngunit ang iba ay tumugon at nagbago para sa ikabubuti

Ang pagkukunwari ay hindi humahantong sa isang
magandang resulta, at kahit ang pinakamarunong sa mga
pantas ay hindi maitatago ang ipinapakita ng kanilang mga
mata

Ang buong kasaysayan ng isang tao ay nakasulat sa
kanilang mga mata

Kung gusto mong malaman ang tunay na ugali ng isang
tao, hilingin mo sa Diyos na ipakita sa iyo ang tunay na ugali
.niya

Dahil ayaw mong malinlang, mararamdaman mo sa
kaibuturan ng iyong puso ang tunay nitong kalikasan at hindi
.magkakamali ang iyong intuwisyon

Kapag kinakausap natin ang ating kasama, dapat
tayong tumingin nang direkta sa kanyang mga mata at
.magsalita nang may kumpiyansa, katiyakan, at katotohanan

Kapag nakipagkamay tayo sa isang tao, dapat nating
iparating sa kanila ang magnetismo ng ating pagmamahal at
katapatan, at sikaping tulungan sila sa abot ng ating
.makakaya

Ang naghahanap ng kaalaman ay dapat maging positibo
at magsikap na paunlarin ang kanyang espirituwal na
magnetismo; pagkatapos ay bibigyan siya ng Diyos ng
kapangyarihang tumulong sa iba at magpadala ng mga
.pinagpalang vibrations sa kanila

Maaaring maglakbay ako lampas sa pinakamalayong
mga planeta at bituin, ngunit ako'y mananatili sa iyo.
Maaaring dumating at umalis ang iyong mga tagasunod,
ngunit sasamahan kita at magiging iyo magpakailanman.
Maaaring ako'y hagupitin ng mga alon ng hindi mabilang na
pagkakatawang-tao at makaramdam ng kalungkutan at pag-
.iisa, ngunit ako'y mananatili sa iyo magpakailanman

Ang mundo, na abala sa iyong mga laro, ay maaaring
makalimutan ka, ngunit lagi kitang aalalahanin. Ang aking
.tinig ay maaaring humina at ako ay maaaring mabigo

Ngunit sa mga salita ng aking kaluluwa ay ibubulong ko:
""Ako'y laging magiging iyo

Maaaring punitin at sunugin ako ng mga pagsubok,
sakit, at kamatayan, ngunit hangga't may nananatiling kislap
ng pag-asa sa aking alaala

Tumingin ka sa aking naghihingalong mga mata dahil sa
pamamagitan ng mga ito ay sasabihin ko sa iyo: "Mamahalin
kita magpakailanman at mananatili akong tapat sa iyo
"!magpakailanman

Katotohanang sinasabi ko sa iyo na natanggap ko ang
mga sagot sa lahat ng aking mga katanungan hindi mula sa

mga tao, kundi mula sa Diyos, ang pinagmumulan ng lahat
.ng pagkabukas-palad

At ang pinagmumulan ng lahat ng kaalaman sa
sansinukob

Siya ang tanging inspirasyon ko sa buhay, at kapag
ako'y nagsasalita, hinihiling ko sa kanya na punan ang aking
mga salita ng kanyang kapangyarihan, kanyang
katotohanan, kanyang pag-ibig, at kanyang liwanag.

Nararamdaman ko ang mga alon ng kagalakan na
bumabalot sa akin dahil ang kanyang pinakadakilang pag-
ibig ay bumubuhos sa kaluluwa tulad ng banayad na simoy
ng hangin sa mainit na mga araw, at ang pagbubuhos nito
ay patuloy na malakas araw at gabi, linggo-linggo, taon-
.taon, kaya hindi mo alam kung saan ang wakas

Iniisip ng mga tao na kailangan nila ng pagmamahal at
kayamanan mula sa mga tao, ngunit sa likod ng bawat
pagmamahal at kayamanan

Banal na pag-ibig na hindi nagbabago at espirituwal na
kayamanan na hindi masusukat ng kayamanan sa lupa.
Sinumang makaunawa na ang Diyos ang pinagmumulan ng
lahat ng pag-ibig, kaligayahan, at biyaya ay matatagpuan ito
.at magiging lubos na masaya rito

Ang Diyos ay nagbibigay sa mga umaasa sa Kanya, at
sa mga

Siya ang tinitingnan, hindi ang nilalang

Pinapawi niya ang mga sakuna at paghihirap

At inilalayo niya ang kasamaan sa landas

Sa kanyang puso, tayo ay namumuhay nang mapayapa

At nararamdaman ito ng mga tahimik na kaluluwa

At kapag kailangan natin siya, siya ay tutulong sa atin

Na may haplos na nagdudulot ng ginhawa at saya

At ang kabutihan ay dumarating sa atin tulad ng
pagbuhos ng ulan

Ang suplay nito ay hindi kailanman natatapos sa buong
buhay

!Mapalad ang Pinakamaawain, kay dakila Niya

Siya ay palaging atin, tulad ng tayo ay Kanya

Mga sukdulang inspirasyon

O Banal na Lumikha

O Panginoon ng Sansinukob

O Ikaw na namamahala at nagpapagalaw sa mga
planeta, bituin, at mga galaksiya

Ang iyong makatarungang tuntunin ay nagdidikta ng
pagkakaloob ng malayang pagpapasya at kalayaan sa
pagpili sa iyong mga mamamayan, na tutulong sa kanila na
mapaunlad ang kanilang sarili at mapalapit sa iyong mga
.sagradong prinsipyo at mithiin

Ipinagkaloob mo sa amin ang walang hanggang
kalayaan at itinanim sa amin ang mga buto ng
pangkalahatang kamalayan. Ngunit sa kasamaang palad,
ikinulong namin ang aming pangkalahatang kamalayan sa
likod ng mga rehas ng pagkamakasarili, poot, makitid na
.pag-iisip, at bulag na panatismo

Panginoon, tulungan mo kaming matunaw – sa
pamamagitan ng aming mainit na pagmamahal at pang-
unawa bilang magkakapatid – ang lahat ng artipisyal at

nagyeyelong mga hadlang at balakid sa pagitan namin at ng
.iba

Tulungan mo kaming gumamit ng mapagbantay na
konsensya at mahusay na pagpapasya sa pagpipigil sa sarili
.at lumakad nang matuwid sa mga landas ng buhay

At pagpalain Mo kami upang mapalago ang aming
espirituwal na kayamanan at ang aming mahabaging
pakikiramay sa pamamagitan ng pagpapalawak ng bilog ng
aming pambansang pagmamahal upang maisama ang lahat
ng naninirahan sa mundo, anuman ang kulay, uri, kasarian,
.at paniniwala

O Panginoon ng Sansinukob, igalang at pahalagahan
namin ang kalayaan ng lahat ng taong isinilang na malaya

At pagpalain mo kami upang makabuo kami ng isang
nagkakaisang mundo at mahalal ka bilang aming espirituwal
.na pinuno habang buhay

Mula sa kaibuturan ng kaluluwa

Panginoon, hayaan mong magliyab ang mga baga ng
aking mga pananabik

Ang banal mong presensya ay laging naroon

Nagtayo ako ng templo para sa aking mga hinahangad

Sa bawat isa sa aking mga ideya

?Maaari mo ba akong bisitahin

At ikaw ang umupo sa trono ng pagmamahal ko para sa
!?!iyo

Nawa'y sundin ng aking mga iniisip ang iyong
matalinong patnubay

Nawa'y ikaw ang maging pinakamalaking kaligayahan
sa buhay ko

Mula sa pasukan ng pag-iisip tungkol sa Diyos at
pagninilay-nilay sa Kanya

Papasok ako sa Templo ng Napapanatiling Kapayapaan

Ngayon ay sisindihan ko ang isang bungkos ng mga
patpat upang kumatawan sa mga alalahanin at takot

Upang maliwanagan ang templo ng Diyos sa aking
kaluluwa

Hahanapin ko ang Diyos sa pag-iisa ng aking kaluluwa

At taimtim akong mananalangin hanggang sa tumibok
ang puso ko sa pagmamahal para sa kanya

At nararamdaman ko ang Kanyang tugon sa aking mga
panalangin

Oh, kung ang kislap ng aking buhay ay maaaring
humalo sa araw ng Diyos

At kumikislap ito sa lahat ng mga matang nagmamahal
sa kabutihan

Iwiwisik ko ang mundong winasak ng mga digmaan

Sa mga kaisipan ng kapayapaan at pagmamahal

Papasok ako sa banal na santuwaryo

At hinahawakan ko ang kosmikong kamalayan

Sa pamamagitan ng kagalakan ng pagmumuni-muni at
banal na pag-ibig

Ang banal na proteksyon ay nakapalibot sa akin
magpakailanman at magpakailanman

At ang liwanag ng Diyos ay sumasaakin at nagpapaalis
ng kadiliman sa aking paligid

Hangga't lumalakad ako sa Kanyang gabay na liwanag,
hindi ako matitisod

Hindi ako lilihis ng tamang landas

Mga buhay na emosyon

O Espiritu ng Pag-iral at Panginoon ng mga Sansinukob

Nasa likod ka ng aking paningin, kung saan nakikita ko
ang iyong maliwanag na kagandahan

At sa likod ng aking tainga, kung saan ako nakikinig sa
pinaghalong mga tunog sa lupa

Ikaw ang nasa likod ng aking paghawak, na siyang
dahilan kung bakit ko nararamdaman ang mga bagay-bagay
.sa iyong mundong lupa

At sa kabila ng belo ng kalikasan na nagtatago ng iyong
magandang mukha

Nakikita kita sa nakakaaliw na tingin ng mga bulaklak

At nalalasaan kita sa lasa ng masustansyang pagkain

Ramdam ko ang iyong banal na diwa at ang iyong
walang hanggang tamis

Sa lahat ng magagandang bagay at kababalaghan na
umiiral

Dalangin ko sa Iyo, Panginoon, at Ikaw ang nasa likod ng
aking nanginginig na tinig

At sa likod ng aking isipan, kung saan ako nananalangin

Higit ka sa aking pinakamalalim na nararamdaman

Higit pa sa aking mga sagradong kaisipan at mithiin at
sa aking pananabik para sa iyo

Higit ka sa aking mga repleksyon at higit pa sa aking
!magiliw na pagmamahal

Oh, kung lalabas ka lang sana mula sa likod ng mga
tabing ng emosyon ng tao

At ang nakamamanghang natural na tanawin

Buksan Mo po ang aking mga espirituwal na mata upang
!makita Kita nang eksakto kung sino Ka

Ang buhay na walang Diyos ay hindi kumpleto

Kapag tayo ay nakikipag-ugnayan sa Diyos, ang
intuwisyon at pag-unawa ang magbibigay-inspirasyon at
.gagabay sa atin sa lahat ng ating ginagawa

Dapat nating may kamalayang taglayin ang pinagpalang
kapangyarihang iyon. Ang kapangyarihang iyon ay nasa atin;
.kailangan lang natin itong tuklasin

Matutuklasan mo na ang kapangyarihang ito ay
gumagana sa lahat ng bagay upang mapabuti ang iyong
mga kalagayan at gawing mas madali ang mga bagay para
sa iyo. Kapag kumonekta ka sa kapangyarihang ito, ang
iyong kagalingan ay puputok ng kosmikong enerhiya, at ang
iyong mga iniisip ay magiging mas pino, nakapokus,
matalas, at tumatagos. Mapagtatanto mo na ang iyong mga
kaluluwa ay mga sisidlan para sa buhay na katotohanan ng
.Diyos at sa Kanyang walang-sawang karunungan

Ang Diyos ang pinagmumulan ng kalusugan,
kasaganaan, karunungan, at walang hanggang kagalakan.
Kapag tayo ay nakikipag-ugnayan sa Kanya, ang ating buhay
.ay nagiging ganap at kasiya-siya

Hindi kumpleto ang buhay kung wala ang Diyos. Dapat
nating isipin ang kataas-taasang kapangyarihang nagbibigay
.sa atin ng buhay, lakas, at karunungan

Dapat tayong manalangin na ang katotohanang ito ay
dumaloy sa ating mga isipan, ang lakas na ito sa ating mga
katawan, at ang walang hanggang kagalakang ito sa ating
.mga kaluluwa

Sa likod ng kadiliman ng mga nakapikit na mata ay
naroong ang mga kamangha-manghang puwersa ng
sansinukob, at lahat ng mabubuting kaluluwa at mararangal
na espiritu

At ang walang katapusang lawak ng mga globo ng
kaluluwa

Kung magninilay-nilay ka, matatanto mo ang ganap na
katotohanan at makikita mo ang kamangha-manghang gawa
nito sa iyong buhay at sa lahat ng kahanga-hanga at
.maluwalhati sa nilikha

Sa mga landas ng pananabik

Tinatawag ako ng Diyos

Sa pamamagitan ng mga bukas na kaluluwa

At mga pusong mababait na puno ng pagmamahal

At puno ito ng pananampalataya

Bawat mabuting gawa na ginawa ng disipulo

Ang kanyang kamalayan ay isang hakbang na mas
malapit

Mula sa hangganan ng kosmikong kamalayan

Papasokin mo ako sa loob, Panginoon

Upang masdan ang iyong banal na kagandahan
At mapalad akong makita ang iyong nagniningning na
mga ilaw

Kung ang buhay ko ay ginagabayan ng Iyong banal na
karunungan

Kaya naman, ang aking mga pagsisikap ay tiyak na
magbubunga ng tagumpay

Hindi ako maliligaw

Pagpalain mo ako, O Panginoon, upang maging malinaw
ang aking paningin

Ang kaluluwa ko ay nalinis

Pagkatapos ay nakita niya ang araw ng katiyakan

At masaya akong malaman ang katotohanan

Ngayon ay kakalimutan ko na ang mga paghihirap ko
noon

Haharapin ko ang kasalukuyan at ang hinaharap

Nang may katapangan at kumpiyansa, sa tulong ng
Makapangyarihan

Sisingilin ko ang aking katawan ng kosmikong enerhiya

At hinuhugasan ko ang aking pagkatao gamit ang
nakapagpapagaling na liwanag ng banal na kamalayan

Parang isang kosmikong nebula

Kapayapaan ang pumupuno sa aking kamalayan

At naramdaman niya ang walang hanggang presensya
ng Diyos

O Panginoon, liwanagan mo ang aking pang-unawa

Punuin ang aking sisidlan ng pag-iisip

Nang may pag-unawa at kaalaman

Nawa'y sumikat ang liwanag ng iyong pag-ibig

Sa mga landas ng aking buhay

Sa kapuluan ng Blue Islands

Mula sa aking balkonahe, tumingala ako pakanluran, at lumipad sakay ng mga pakpak ng imahinasyon patungo sa mga baybayin ng malayong abot-tanaw. Sa aking kanan at kaliwa, nakita ko ang dalawang hanay ng bundok na agad na .naging mahiwagang kulay lila

Nang muli akong tumingin, isang di-nakikitang kamay ang bumalot sa kanila sa isang belo ng malalim na asul. Sa likuran ko ay naroon ang lungsod ng Guadalajara, naliligo sa takipsilim. Ang silangang kalangitan ay ngayon ay may bahid ng maputlang rosas. Sa pagtingin sa unahan, ang aking mga mata ay natanaw ang isang mahiwagang lungsod .ng mga asul na isla na lumulutang sa isang lawa ng ginto

Sa arkipelagong ito ng mahiwagang asul na mga isla, isang napakalaking burol ng asul na batong-apog ang bumangon, na napapalibutan ng kulay abong-puting mga ulap ng bulkan na nagbubuga ng mga geyser ng nagliliyab na pulang-ginto na lava, na bumabagsak na parang bahaghari patungo sa tahimik na lawa. Matindi at ginintuang apoy ang bumalot sa mga asul na isla sa nagliliyab na mga .halo ng liwanag

Ang bughaw na tuktok at ang nagliliyab nitong korona ay naaaninag na parang kambal sa ibabaw ng tahimik na ginintuang lawa. At sa dulong kanan, isang maliit at payapang lawa ang kumikinang, na nakapuwesto sa dibdib

ng isa sa mga bughaw na isla, parang kabilugan ng buwan
.na lumalangoy sa gitna ng mga alon ng ulap

Matagal akong naglakbay sa lungsod ng paglubog ng
araw at mala-salaming ulap, lumulutang sa ibabaw ng lawa
dala ang pinong ginintuang liwanag nito. At kay ganda ng
mga ginintuang tubig na iyon na puno ng mga kumpol ng
pulang yelo na nakakalat sa lahat ng direksyon hanggang sa
.gilid ng kawalang-hanggan

Akala ko mabubuting kaluluwa ang mga nilalang ng
liwanag sa mundong ito, at matapos matagumpay na
makapasa sa lahat ng pagsubok sa buhay, pinayagan silang
magsaya at tuparin ang kanilang mga pangarap ayon sa
.kanilang nais

Tuwing paglubog ng araw, pinapalakas ng mga nilalang
na iyon ang kanilang mga pangarap sa langit sa mga
.lungsod na napapalibutan ng mga dagat at lawa ng ginto

Doon at sa likod ng mahigpit na pagkakahawak ng mga
kalungkutan at lampas sa mga patibong ng mundong ito
kasama ang lahat ng mga trahedya at sakit nito

Doon, sa kabila ng mga inis, nilalanghap ng mga
nilalang na iyon ang mga pulang ilaw, uminom ng mga sinag
ng kahel, lumayo, lumapit, gumala, at lumangoy sa gitna ng
.mga ilaw na may iba't ibang kulay

Dito, agad na maisasakatuparan ng mga nilalang na
iyon ang kanilang mga pangarap at isasakatuparan ang
kanilang mga pantasya ayon sa kanilang naisin, pagkatapos
.ay maglalaho at maglalaho ayon sa kanilang kagustuhan

Dito niya tinamasa ang mga kayamanan ng kasiyahan
at kasiyahan, at bukas-palad na ipinagkaloob ang mga
pangarap ng lahat ng bumisita sa kanya sa kanyang
.kamangha-mangha at mahiwagang mundo

Dito, hindi siya obligadong maghintay at maghangad
tulad ng mga tao upang matupad ang kanyang mga
pangarap at maisakatuparan ang kanyang mga hangarin,
ngunit nangarap siya ayon sa kanyang nais at nakamit ang
lahat ng mga pangarap at hangarin na iyon sa pamamagitan
.ng kanyang sariling kagustuhan

Ang lungsod na iyon na papalubog ang araw sa Isla ng
mga Pangarap ay isa sa mga pangarap ko na nanatili sa
aking subconscious, at ngayon ay natupad na ito sa lahat ng
!paraan

Tunay nga, nakita ko ang mga nakatagong kayamanan
at mga kayamanan ng aking kaluluwa, at ang kanilang
liwanag ay bumalot sa akin at ang kanilang kinang ay
!nakasisilaw sa akin

Paramehansiat: Mga Saklaw ng Banal na Ekstasi

Ang pagpapakumbaba, O Panginoon, ang pinakatiyak na
daan

Upang tanggapin ang ulan ng Iyong banal na awa

Ilalagay ko ang aking tiwala sa iyong banal na
katarungan at sa mga prinsipyo ng katotohanan

Napagtatanto na tumutugon ka sa tawag ng pag-ibig at
mga pananabik ng puso

Sa malapit na pakikipagtulungan sa iyong
pangkalahatang kagustuhan

At sa aking lubos na pananalig sa iyo

Tatanggapin ko ang iyong tulong at mapalapit sa iyo

Ngayon ay tutuparin ko ang aking tungkulin sa iyo

Gaya ng pagtupad ko sa aking mga obligasyon sa
mundo

O Pinakamamahal

Ikaw ang mala-langit na alingawngaw na
umaalingawngaw sa mga santuwaryo ng mga puso

At ikaw ang tinig ng mga damdaming hindi kayang
marinig ng mga tainga

Ang pagiging pinagpala ng iyong pagmamahal ay hindi
masukat ang laki

Mula sa lahat ng makamundong konsiderasyon

At lahat ng kaluwalhatian sa lupa

Sa aking lubos na pananalig sa iyo

Nakikita ko ang mga anino ng sakit na naglalaho at
nawawala nang walang balikan

Makikita kita, Panginoon, mula sa mga bintana ng
kalikasan at mga pintuan ng kapayapaan

Purihin mo kami ng iyong mga pagpapala

At ilubog kami sa mga alon ng Iyong kosmikong
enerhiya

Ilayo sa amin ang pagiging makasarili

Na pumipigil sa mga kaluluwa na lumapit

At ang kanilang pagkikita ay batay sa pagmamahal sa
kabutihan at liwanag

Hayaan mong diligan ko ang mga bulaklak ng aking
mga pagsusumamo

Gamit ang tubig ng pag-iisip at pagninilay-nilay sa Iyo, O
aking Diyos

Upang ang mga bago at matingkad na bulaklak ay
sumibol

Mula sa inspirasyon, kapayapaan, at kaligayahan

Ang tanging paraan upang maiwasan ang paggawa ng
mali ay ang pagkakaroon ng matalinong pagpapasya upang
makilala ang pagkakamali at magpasiyang huwag itong
.gawin

Ang isang mali ay hindi nagbubunga ng tama. Ang
kamangmangan ang tunay na kaaway ng sangkatauhan at
dapat palayasin sa mundong ito. Mayroon tayong lahat ng
kailangan natin sa mundong ito upang maghatid ng isang
panahon ng kasaganaan, kaligayahan, at perpektong
.hustisya

Ang tanging balakid ay ang pagiging makasarili ng tao,
na siyang dahilan kung bakit imposible ang ganitong
sitwasyon. Ang kakila-kilabot at di-makatwirang pagdurusa
ay sanhi ng pagiging makasarili ng tao at ang paghahangad
.ng sariling interes nang walang pagsasaalang-alang sa iba

Ang perang maaaring gamitin sa pagpapakain at
pagdamit sa mga nangangailangan ay ginagamit na lamang
sa pagkawasak at pagwasak. Ang pagkamakasarili na ito, na
bunga ng kamangmangan, ang siyang ugat ng mga
.pandaigdigang problema

Iniisip ng lahat na ginagawa nila ang tama, ngunit kapag
ang sarili lamang nilang mga layunin ang kanilang
hinahabol, pinapatakbo nila ang karmic law ng sanhi at
bunga, na tiyak na sisira sa kanilang sariling kaligayahan at
.sa kaligayahan ng iba

Habang lalo kong nasasaksihan ang mga trahedya sa
mundo na dulot ng kamangmangan ng tao, lalo kong
napagtatanto na ang kaligayahan ay hindi magtatagal kahit
.pa ang mga kalye ay binalutan ng ginto

Ang kaligayahan ay nakasalalay sa pagpapasaya sa iba,
at kung gagawin iyon ng lahat, lahat ay magiging masaya
At lahat ay makakakuha ng kanilang bahagi sa biyaya
ng lupa

Dahil tayo ay ipinanganak sa mundong ito kung saan
hindi natin alam kung saan nagmula, natural lamang sa atin
.na magtaka tungkol sa pinagmulan at layunin ng buhay

Naririnig at nababasa natin ang tungkol sa isang
lumikha ng mundong ito, ngunit hindi natin alam kung paano
natin siya maaabot. Ang alam lang natin ay ipinapahayag ng
buong sansinukob ang pagkakaroon ng kanyang banal na
.pag-iisip

Kung paanong ang maliliit at tumpak na mga bahagi at
kagamitan ng isang maliit na relo ay nagpapahanga sa atin
sa gumagawa ng relo, at kung paanong ang malalaki at
masalimuot na mga makina ng isang pabrika ay humahanga
at nagpapahanga sa atin tungkol sa kanilang imbentor,
gayundin kapag nakikita natin ang mga kababalaghan ng
kalikasan, tayo ay namamangha sa katalinuhang nakatago
sa likod ng mga ito, at ating itinatanong: "Sino ang nagbigay
sa bulaklak ng matingkad na hugis na nakaharap sa araw?
Saan nagmula ang bango at kagandahan nito? At paano
nabuo ang mga talulot nito nang may ganitong katumpakan
"?at tinina ng ganitong kahanga-hanga at masasayang kulay

Sa gabi, ang mga bituin at buwan, na nagkakalat ng
kanilang mala-pilak na liwanag sa ating paligid, ay
nagbibigay-inspirasyon sa atin na pagnilayan ang

kamalayang gumagabay sa mga bagay na ito sa kalangitan sa kalawakan ng kalawakan. Ang banayad na liwanag ng buwan ay hindi sapat para sa pang-araw-araw na gawain, kaya ang isang matalino at mahinahong isip ay nagmumungkahi ng pahinga sa gabi. Pagkatapos ay sumisikat ang araw, ang maliwanag na liwanag nito ay nagbibigay-daan sa atin na makita ang mundo sa ating paligid nang may kalinawan at katahimikan, at inaako natin ang responsibilidad na tugunan ang ating mga pangangailangan.

May dalawang paraan upang matugunan ang ating mga pangangailangan: ang pisikal na paraan at ang espirituwal na paraan. Halimbawa, kapag lumala ang ating kalusugan, maaari tayong pumunta sa doktor para sa paggamot. Ngunit darating ang panahon na walang doktor o sinuman ang makakatulong, at tayo ay babaling sa pangalawang paraan; sa espirituwal na kapangyarihang lumikha ng ating katawan, isip, at espiritu.

Limitado ang materyal na kapangyarihan, at kapag tayo ay nabigo, bumabaling tayo sa walang limitasyong kapangyarihan ng Diyos. Nalalapat din ito sa ating mga pangangailangang pinansyal. Kapag ginawa natin ang ating makakaya at hindi pa rin sapat ang natatanggap natin, bumabaling tayo sa kapangyarihang iyon.

Iniisip ng lahat na ang kanilang mga problema ang pinakamalala. May mga taong nakakaramdam ng mas matinding pressure kaysa sa iba dahil mahina ang kanilang katatagan. Dahil sa pagkakaiba-iba ng lakas ng pag-iisip ng mga tao, iba-iba ang dami ng enerhiyang ginagamit nila. Kung ang isang tao ay nahaharap sa isang napakalaking kahirapan at mahina ang kanilang isip, hindi nila ito malalampasan. Ang mga may malalakas na pag-iisip ay kayang malampasan ang kanilang mga kahirapan sa

pamamagitan ng pagsira sa mga hadlang at pag-uga ng
kanilang mga pundasyon. Gayunpaman, kahit ang
pinakamalakas na tao ay minsan ay nahaharap sa kabiguan.
Kapag nahaharap tayo sa napakalaking pisikal, intelektwal,
at espirituwal na mga problema at paghihirap, napagtatanto
natin kung gaano limitado ang puwersa ng buhay sa
.materyal na mundong ito

Ang ating mga pagsisikap ay dapat na ilaan hindi
lamang sa pagkamit ng mabuting kalusugan at materyal na
seguridad, kundi pati na rin sa paghahanap ng kahulugan ng
.buhay

Ano ang layunin ng buhay? Kapag nadaig tayo ng mga
kahirapan, binabaling muna natin ang ating paligid,
sinusubukan ang bawat posibleng materyal na pagsasaayos
na sa tingin natin ay magbibigay ng ginhawa. Ngunit kapag
narating natin ang isang dead end at sinabing, "Lahat ng
aking mga pagtatangka ay nabigo, ano pa ang magagawa
ko?" sinisimulan nating seryosong isaalang-alang ang
paghahanap ng isang epektibong solusyon sa ating
problema. At kapag ang ating pag-iisip ay naging sapat na
malalim, matatagpuan natin ang sagot sa ating sarili. Ito ay
.isang uri ng nasagot na panalangin

Sa katahimikan ng aking kaluluwa

!Hayaan mong makilala kita, Panginoon

Angkinin mo ako, at hayaan mong maramdaman ko ang
iyong walang hanggang presensya

Sa loob ko at sa paligid ko

Sa pag-iisa ng aking mga iniisip, nais kong marinig ang
iyong tinig

Ilayo mo sa akin ang malalakas na ingay ng lupa

Nakatago sa aking alaala

Gusto kong marinig ang iyong mahinahon at
nakakakalmang tinig

At ang mang-aawit ay laging nasa katahimikan ng aking
kaluluwa

Diyos ko, kung saan Ikaw ay umiiral sa lahat ng dako

Dapat ay naroroon ka

Sa kaibuturan ng aking pagkatao at konsensya

Tulungan mo akong maipakita kahit ang maliit na
bahagi

Mula sa mga nakatagong kayamanan sa aking
!espirituwal na minahan

O nagliliwanag na liwanag

Gising ang puso ko

Ang aking kalusugang pangkaisipan

Punuin ang aking espirituwal na templo ng iyong
kaluwalhatian

!O walang hanggang Bituin sa Hilaga

Saanman ako naglakbay at paano man ako lumingon

Ang magnetikong karayom ng compass ng aking isipan
ay patuloy na nakaturo sa iyo

Kung ikaw man ay sinalanta ng hangin ng kasawian

O nabasa ng ulan ng kahirapan at kalamidad

Gayunpaman, ginabayan ang aking isipan

Para laging lumingon sa iyo

Ang aking minamahal na ibon, kumakaway ang mga
pakpak

Sa gitna ng mga ulap ng kalituhan
at ang mga bagyo ng kalituhan

Tiyak na hahanapin niya ang daan patungo sa iyo
Noong sinaunang panahon

Sa puso ng eter

Nang tayo ay umiral bilang mga espiritu
Nakatulog kaming lahat

Sa ilalim ng kumot ng banal na pag-ibig
At nang tayo'y ginising ng Diyos

Nagmaneho kami palayo sa kanya

Gaya ng sa kwento ng alibughang anak

Nakalimutan na natin ang banal na ugnayan ng
pagkakamag-anak sa pagitan natin

Naging estranghero tayo sa isa't isa

At simula nang iwan natin ang ating tahanan sa langit

Tayo ay naging nasa mundong ito

Mga manlalakbay na tumatawid sa mga sulok ng mundo

Tayo'y naglalakad sa mga landas ng tadhana

Sumusobra na tayo

Lumipat kami nang malayo sa aming orihinal na
tahanan

Gayunpaman paminsan-minsan

Ang ilang mga lugar, karanasan, at mukha ay
gumigising sa atin

Mga nakabaong alaala at malalim na damdamin sa
kalooban

Bumubulong siya sa amin

Pakiramdam namin ay nararanasan namin itong muli

Mga bagay na alam na natin

Nagkikita at nagkakakilala tayo ng mga mahal sa buhay

Malapit kami sa kanila

Sa malayong nakaraan

O Lumikha ng mga sansinukob

Ang iyong liwanag ay sumisikat sa mga dakila

Nawa'y ang kanilang banal na kaalaman ay magbigay-
inspirasyon sa ating pag-unawa

Ipaalam sa amin na ikaw ang tunay na layunin

Ang aming pinagsisikapan na makamit

Ang pinakadakilang ambisyon

Na ating hinahangad na makamit

Pasiglahin kami ng mabangong simoy ng iyong
presensya

Punuin mo kami ng pananabik sa iyong maluwalhating
presensya

Nawa'y ang aming pagkatao ay mapangalagaan ng
Iyong banal na karunungan

Hayaan mong maramdaman namin ang iyong banal na
liwanag

Ito ay tumatagos sa bawat aspeto ng ating buhay

At pinapalakas nito ang ating determinasyon

At pinapawi ang ating kadiliman

At nawa'y yakapin tayo ng kapayapaan

at optimismo

At ang pagnanais na gumawa ng mabubuting gawa

Sa Pagitan ng Prinsipe at ng Naliwanagang Ermitanyo

Minsan, isang malupit na prinsipe ang naglakbay sa
pangangaso kasama ang kanyang mga alipin at
tagapaglingkod, kumpleto sa kagamitan at armas. Pumasok
sila sa kalaliman ng kagubatan, humihihip ng mga tambuli at
.tumulutog ng tambol

Matapos mangaso ng ilang ibon, usa, at mababangis na
tigre, napagtanto ng prinsipe at ng kanyang mga kasama na
.sila ay naligaw ng landas

Marami silang pagkain ngunit walang tubig. Sa kabila ng
kanilang walang kapagurang paghahanap ng tubig sa
kagubatan, wala silang nakita. Wala silang masisilungan
mula sa mga pag-atake ng mababangis na hayop sa gabi,
.habang mabilis na lumalapit ang dilim

Naglaho ang araw sa paningin, at ang prinsipe, na
nangunguna sa karaban, ay nakarating sa isang luma at sira-
sirang kubo. Pagkababa niya sa kabayo, itinulak niya ang
hindi nakabukas na pinto at pumasok sa kubo. Madilim ang
lahat sa loob maliban sa isang kislap ng liwanag sa isa sa
mga sulok nito, at naisip niya nang may kawalan ng pag-asa,
".Pati ang kubo ay wala nang tao

Ngunit dala ng pag-asa, sumigaw siya, "Mayroon bang
"?tao rito

Laking gulat niya nang marinig niya ang isang
mahinahong boses na mahinahong sumagot sa kanya, na
"?nagsasabing: "Oo, narito ako. Naghahanap ka ba ng tubig

Sandaling tumitig ang prinsipe sa kadiliman hanggang
sa masulyapan niya ang multo ng isang tao, at namangha
siya na alam na ng lalaki ang iniisip nito bago pa man niya
.ito makilala o makilala

Tinanong ng prinsipe ang kanyang punong-abala, "Sino
ka?" Sumagot ang punong-abala, "Isang kawawang asetiko
".na deboto sa Diyos

Nagsindi ang ermitanyo ng lampara at tinawag ng
prinsipe ang kanyang mga kasama, at labis silang natuwa
nang makahanap ng tubig at prutas sa liblib na kagubatang
.iyon

Tinanong ng prinsipe ang ermitanyo, "Hindi ka ba takot
"?sa mga tigre at ahas

Sumagot ang ermitanyong sheikh: "Siyempre hindi, ang
mga tigre ay mga alagang pusa ko, at ang mga ahas ay
mapayapa para sa akin. Kami ay mga magkaibigan na laging
nagbababad sa araw ng pag-ibig ng Diyos na sumisikat sa
".lahat ng bagay sa buhay na ito

Habang mas tinitigan ng prinsipe ang ermitanyo, siya ay
labis na natakot nang makita niya ang isang pares ng kobra
na nakasabit sa leeg ng ermitanyo. Nang lumapit siya upang
kumpirmahin ang kanyang nakita, ang mga ahas ay
sumisitsit at pumiyok, iginagalaw ang kanilang mga ulo,
dahil naramdaman nila ang panginginig ng takot at ang
.paghihiganti na nagkukubli sa puso ng prinsipe

Bukod dito, sa sandaling iyon, isa sa mga tigre sa kagubatan ang pumasok sa kubo at tahimik na humiga sa paanan ng ermitanyo. Matapos itong aliwin at tapikin ng tao ng Diyos ang ulo nito, tahimik na umalis ang tigre, patungo .sa puso ng kagubatan

Naisip ng mayabang na prinsipe, "Ang matandang ito ay tiyak na matuwid at mabait, dahil pinrotektahan niya tayo mula sa mababangis na hayop at nakamamatay na uhaw. Bilang gantimpala sa kanyang ginawa, payayamanin ko siya." Pagkatapos ay kinausap niya ang ermitanyo, na :sinasabi

O Sheikh, ang iyong mukha ay nagniningning sa" kabaitan at katapatan, at pinahahalagahan ko ang lahat ng iyong ginawa para sa akin at sa aking mga kasamahan. Kaya, nais kong ipagkatiwala sa iyo ang isang lihim kung saan ikaw ay yayaman at yayamang. Ang lihim na ito ay ".aking isiniwalat sa unang pagkakataon, at sa iyo lamang

Pagkasabi pa lang niya ng mga salitang ito, kumuha ang prinsipe ng bato mula sa ilalim ng kanyang balabal at :nagpatuloy sa pagsasalita, na nagsasabing

Nais kong ipagkatiwala sa iyo ang kayamanang ito ng" pamilya. Ito ang Bato ng Pilosopo, at marahil ay yayaman ka sa paggamit nito. Ang batong ito ay gumagawa ng ginto, at ito ay ibinigay sa aking ama ng isa sa mga dakilang alkemista. May kakayahan itong gawing purong ginto ang lahat ng mahawakan nito. Maaari mong gamitin ang batong ito sa loob ng isang buong taon at gawing ginto ang mga bato, pagkatapos ay ibenta ang mga ito upang makabili ng isang palasyong ginto. Babalik ako sa iyo pagkatapos ng isang taon upang bisitahin ka at kunin ang aking bato, na ".itinuturing kong mas mahalaga kaysa sa aking buhay

Ayaw tanggapin ng ermitanyo ang responsibilidad na iyon, ngunit bilang tugon sa patuloy na panghihikayat ng prinsipie, pumayag siyang itago ang bato ng pilosopo. Nakita ng prinsipie ang ermitanyo na pabaya na inilagay ang bato sa ilalim ng kanyang sinturon (kung saan dating inilalagay ng mga tao ang kanilang pera dahil sa takot sa mga .mandurukot!), at pagkatapos ay umalis na ang prinsipie

Pagkalipas ng isang taon, bumalik ang prinsipie kasama ang kanyang mga kasama, umaasang makakita ng isang kahanga-hangang palasyo sa halip na ang sira-sirang kubo. Ngunit nabigo siya nang makita niyang nakatayo pa rin ang kubo at nasa mas masahol na kalagayan kaysa dati. Kaya bumaba siya sa kanyang kabayo at itinulak ang pinto, sabay "?sigaw nang buong lakas: "Buhay ka pa ba, ermitanyo

Sumagot ang ermitanyo sa malakas at malalim na tinig: "Opo, papuri sa Diyos, O Prinsipie. Maligayang pagdating sa ".aking abang tahanan

Agad at walang paunang salita, sumigaw ang prinsipie: "Anong problema mo, pare? Ano ang ginawa mo sa batong pilosopo na iniwan ko sa iyo? Bakit hindi mo ito ginamit para "?yumaman

Nag-isip sandali ang ermitanyo at saka sumagot: "Ano itong batong pilosopo na iyong tinutukoy, at ano ang ibig mong sabihin sa pagsasabing dapat akong yumaman? Sa totoo lang, ayaw kong maging mas mayaman kaysa sa aking ".kinabukasan

Kinabahan ang prinsipie, inakala niyang nawala ang bato ng matandang ermitanyo dahil sa kawalang-bahala nito rito, at sinabi niya sa boses na may bahid ng pagmamakaawa: "Ang ibig kong sabihin ay ang napakahalagang bato ng pilosopo na inilagay mo noong isang taon? [Si Eddie, dala

ang iyong sinturon], sabihin mo sa akin kung ano ang
"?ginawa mo rito

Sumagot ang ermitanyo: "Tama, ngayon ko lang naaalala ang iyong mahalagang bato. Isang araw, malalim ang aking iniisip tungkol sa Diyos nang ako'y maligo sa ilog, at sa palagay ko ay nadulas ang bato mula sa aking damit at ".nilunok ng tubig. Nawa'y maging ligtas ka

Sumigaw ang prinsipe nang buong lakas, "Oh, ang aking kawalan na hindi mapapalitan! Nawala ko na ang lahat!" at halos himatayin sa labis na pagkamangha. Binuhusan ng ermitanyo ng malamig na tubig ang kanyang mukha at muling binuhay siya, habang ang mga tauhan ng prinsipe ay lumapit sa sheikh, ang kanilang mga mata ay nagliliyab sa malisya, sinusubukang saktan siya. Ngunit tumawa ang ermitanyo at sinabing, "Oh, Kamahalan, na may napakataas na katayuan, hindi ko alam na mag-iingay ka nang ganito dahil sa isang bato. Sumama ka sa akin sa ilog, at hahanapin ".ko ang iyong bato at susubukan kong hanapin ito

Sumagot ang prinsipe, "Nababaliw ka na ba? Gusto mo bang hanapin ngayon ang batong nahulog mula sa iyo at "?tinangay ng agos isang taon na ang nakalilipas

Ngunit hindi pinansin ng ermitanyo ang kanyang mga salita, at sinigawan siya, na sinasabing: "Munting Prinsipe, hindi na kailangan ang lahat ng kaguluhang ito. Maghintay hanggang sa hanapin natin ang bato sa ilog. Sumama kayo ".sa akin, lahat kayo

Para bang nasa ilalim ng isang mahika, ang prinsipe at ang kanyang mga kasama ay tumugon sa malinaw na pang-akit ng ermitanyo at tahimik na sumunod sa kanya patungo sa ilog. Doon, hiniling ng ermitanyo sa prinsipe na kunin ang kanyang panyo sa kanyang bulsa, hawakan ito sa apat na :sulok nito, at ilubog ito sa ilog, habang nagdarasal ng ganito

O Prinsipe ng mga Prinsipe, Hari ng mga Hari, at"
Gumagawa ng lahat ng Bato ng mga Pilosopo, ibalik mo sa
"akin ang bato ko

Pagkataas pa lang ng prinsipe ng kanyang panyo mula
sa tubig, namangha siya nang makita niya sa kanyang mga
mata na hindi makapaniwala ang mahigit dalawampung
batong pilosopo, na magkapareho ang katangian ng orihinal
na batong nawala niya. Nang subukan niya ang bawat isa,
natuklasan niya na ang bawat isa ay kayang gawing ginto
ang mga ordinaryong batong pampang. Pagkatapos ay itinali
ng prinsipe ang mga bato gamit ang panyo at itinapon ang
.balot sa ilog

Sinigawan siya ng ermitanyo at ng kanyang mga
kasama, "Bakit mo ginawa iyon?" Ngunit tumingin ang
prinsipe sa tao ng Diyos, yumuko sa harap niya nang may
:paggalang, at nagsabi

Gusto ko, ginoo, na makuha ang mayroon ka, ang"
taong nag-iisip na ang mga bato ay nagpapawalang-halaga
".sa ginto

Kaya't iniwan ng prinsipe ang kanyang kaharian sa lupa
upang matuto mula sa matalinong matanda kung paano
makamit ang kaharian ng espiritu, na hindi sakop ng
.espasyo at hindi napapailalim sa pagkalipol

Ang aral ng kuwento ay ang kayamanan sa lupa, gaano
man ito kahalaga, ay panandalian lamang at kailangang
iwan sa mababang mundong ito kapag ang katawan ay
.naging isang malamig at walang buhay na bangkay

Sa halip na gamitin ang batong pilosopo, na
sumisimbolo rito sa kakayahang mag-ipon lamang ng
panandalang kayamanan, dapat tayong maging katulad ng
asetiko na naglaan ng kanyang oras at kakayahan sa

pagtatamo ng banal na kayamanan na hindi mauubos at
.hindi masisira

Sinumang makakilala sa Diyos ay magkakaroon ng
kayamanang higit pa sa mga pangarap, at kung
kinakailangan, ay isusuko ang mga materyal na ari-arian na
parang mga bato, sa pag-asang magtamo ng espirituwal na
.kayamanan at magtamasa ng tunay na kayamanan

Sa ating pakikitungo sa iba

Napakahalagang kilalanin at pahalagahan ang
Mga natatanging katangian at marangal na katangian
Na kanilang hinango mula sa kanilang mga karanasan
At hinubog nila ito mula sa kanilang sariling pagkatao
Kung pag-aaralan natin ang mga taong bukas ang isipan
Maiintindihan natin sila at mahaharap natin sila nang
komportable

Magagawa rin natin agad

Ang pag-alam sa katangian ng taong ating kinakaharap
Huwag makipag-usap sa isang pilosopo tungkol sa
karera ng kabayo
Huwag makipagtalo sa isang siyentipiko tungkol sa
organisasyon ng tahanan

Alam ko kung ano ang interesante sa tao at kung ano
ang nakakakuha ng kanilang atensyon

At sinabi niya sa kanya ang tungkol sa paksang iyon
Hindi naman kinakailangang tungkol sa mga bagay na
interesado ka

Kung gusto nating intindihin ang iba
Dapat nating iwasan ang pagpuna at pagkondena sa
kanila
Sa halip, dapat tayong tumingin sa salamin ng ating
sariling pag-unawa
Para malaman kung ano ang kailangang ayusin at
?pagbutihin
Ibang-iba ang sikolohikal na salamin na iyan
Tungkol sa pamilyar na salamin na tinitingnan natin
tuwing umaga
Araw-araw kong tinitingnan ang sarili kong salamin
Kung may makita akong hindi ko gusto
Sinisisi ko ang sarili ko at nagsusumikap na itama ito
Sa ganitong paraan, nakikita ng isang tao ang kanyang
imahe
Nakikita sa tunay nitong anyo sa salamin ng kanyang
kaluluwa
At ito'y umuunlad araw-araw
Sa daan patungo sa kaligayahan at kapayapaan ng isip
Pagpalain ka nawa ng Diyos at sumaiyo ang
kapayapaan

Network ng mga Pananabik

Narito ako, inihahagis ang lambat ng aking mga
pananabik

Sa malawak na karagatan ng aking mga iniisip
Madalas mo akong natatakasan, O mahalagang banal
!na biktima

Gayunpaman, patuloy akong sumisid sa kaibuturan ng
kapayapaan

At walang tigil, isa-isa kong inihahagis ang mga lambat
ng aking pag-ibig patungo sa iyo

Balang araw, mahuhuli kita sa lambat ng aking walang
katapusang pananabik para sa iyo

Inihahagis ko ang lambat ng aking pag-ibig kahit saan

Sa ibabaw ng magulong alon ng buhay

At tungkol sa mga kumikislap na bituin

At sa kaibuturan ng mabubuting kaluluwa

Ang alam ko lang ay isa akong mangangaso

At patuloy akong magsisikap na mahuli ka

O pinakamamahal na hiling at pinakadakilang
!kayamanan sa buhay

Hinihiling ko sa Kanya na punitin ang mga lambong ng
kamangmangan at iwaksi ang kadiliman ng ilusyon, at
maging pinakadakilang ambisyon sa iyong buhay at
pinakamalakas na pananabik sa trono ng iyong mga
pagnanasa, at tulungan kang baguhin ang panghihina at
pagpapaliban tungo sa isang espirituwal na aktibidad na
puno ng kagalakan, pagpapanibago, at sigasig. Hinihiling ko
sa Kanya na bigyan ka ng maiinom mula sa alak ng banal na
pag-ibig hanggang sa ikaw ay malasing, at dalawin ka ng
isang banal na pagbisita kung saan mayroong kapanatagan,
at hugasan ang iyong puso ng mga tubig ng pag-ibig at

pasasalamat, at liwanagan ang iyong pagkatao ng mga
lampara ng katiyakan, at tunawin ang iyong mga pangarap
sa katotohanan ng Kanyang pinagpalang dagat, at nawa'y
matagpuan mo sa Kanya ang kasiyahan at kasiyahan, upang
ang katahimikan ay manahan sa iyong kaluluwa at ang mga
.pagpapala ng langit ay bumaba sa iyo

Ang katahimikan ay nangangahulugang nakakakalmang
mga kaisipan

Pagpapakalma ng katawan at pagkontrol sa mga
pangangailangan nito

Sinumang makakagawa niyan ay makakaranas ng
nakakapreskong katahimikan

Makakaramdam siya ng mga kahanga-hangang alon at
impresyon mula sa mga pinong mundo

At sinumang sumisid nang mas malalim sa katahimikan,
kung gayon

Matutuklasan niya ang kaharian ng Diyos sa loob niya

Hangga't ang isang tao ay naglalakad sa kalsada

Napakahalaga ng bawat sandali ng kanyang oras

Nandito kami sa lupang ito (ang bahay-daan) nang
maikling panahon

Lahat ay panandalian, ngunit ang damdamin ng Diyos
ay nananatili

Walang makakabura nito sa puso't kaluluwa

Huwag nating hayaang maimpluwensyahan tayo ng
mga tukso ng mundong ito

Sa pamamagitan ng pagtalikod sa atin mula sa ating
pinakadakilang layunin at pinakamataas na mithiin: ang
Diyos

Posible ang pagkilala sa Diyos

Kailangan nating mahanap ang panginoon ng mga
sansinukob

Mula kaninong liwanag kumikislap ang mga bituin
At sa Kanyang kapangyarihan, tumitibok ang mga puso
Kailangan natin siyang hanapin sa Templo ng
Katahimikan

Kapag tayo ay tumatawag sa Diyos nang may
pananabik at pananabik

At kapag iniisip natin siya nang may nag-aalab na
pananabik

Hahanapin natin siya

Hindi ko tinutukoy ang isang hindi kilalang diyos
Bagkus, ito ay tungkol sa isang Panginoong aking
nakilala

At totoo ito para sa akin

Ito ay mas totoo kaysa sa lahat ng pisikal na bagay

Ito ang banal na dagat na siyang sumusuporta at
nagpapatatag sa mga alon ng ating buhay bilang tao

Kaya natin kahit wala ang lahat

Maliban sa Diyos

Napakadakila ng Diyos, ang Soberano, ang}
{Katotohanan

Mapalad ang mga may malinis na puso, sapagkat)
(makikita nila ang Diyos

Natural lang sa isang tao na makaramdam ng
pangangailangang magmahal at mahalín, ngunit ang
pananabik na ito ng puso ay sa huli ay ang pinagmumulan
.ng pag-ibig na iyon, na siyang Diyos

Ang pag-ibig ng tao ay nakabatay sa maraming
inaasahan, kalkulasyon, at subhetibong konsiderasyon,
samakatuwid walang garantiya ng pagiging permanente nito
.dahil ito ay nakatali sa mga kundisyon

Ang banal na pag-ibig, gayunpaman, ay walang
kondisyon, palagian, at walang hanggan. Kung aantig nito
ang iyong puso, matatagpuan mo ito sa iyo
.magpakailanman

Sa lahat ng pagkakataon, mararamdaman mo ito bilang
isang pinagmumulan ng proteksyon at katiyakan, kahit sa
.gitna ng kahirapan at paghihirap

Sa gitna ng paghihirap at matinding pagsubok

Maaaring iwan ka ng lahat, ngunit ang sagradong pag-
ibig na iyon ay hindi ka iiwan, hindi ka bibiguin, at hindi ka
iiwanang biktima ng mga alalahanin at ilusyon, dahil ito ay
isang puwersang pananggalang at isang gabay na liwanag
mula sa langit sa gitna ng mga liku-likong at pagbabago ng
.buhay

Kapag ang pag-ibig ng tao ay puno ng banal na pag-ibig,
ito ay nagiging dalisay at malinaw. Ngunit kung ihihiwalay
mo ang batis, na siyang pag-ibig ng tao, mula sa bukal, na
siyang banal na pag-ibig, ito ay hihinto sa pag-agos at
.mawawala sa buhanginan ng mundo

Hangga't ang pag-ibig ng tao ay konektado sa banal na
pag-ibig, pinapalambot nito ang puso, pinapaginhawa ang
konsensya, at dinidiligan ang mga hardin ng kaluluwa ng
.tubig ng buhay

Pag-ibig: Isang pampasigla ng kalooban

Lahat ng ginagawa ko, ginagawa ko nang may buong
pagmamahal sa puso ko

Kung susubukan mo, matutuklasan mong hindi ka
makakaramdam ng pagod

Dahil ang pag-ibig ang pinakadakilang pampasigla ng
kalooban, at ang isang kalooban na nasa ilalim ng
impluwensya ng pag-ibig ay nagtataglay ng pambihirang
kapangyarihan upang gawin ang mga bagay na maaaring
.tila imposible sa ilan

Mga Espirituwal na Pananaw

Mula sa mga turo ni Master Paramhansa

Yogananda

**Ang pagiging makasarili na naghahangad ng
kaligayahan para sa sarili nang hindi isinasaalang-
alang ang kaligayahan ng iba, o yuyurak at sumisira
sa mga lehitimong interes ng iba upang makamit ang
sarili nitong mga makasariling layunin, ay
nagpaparami ng kalungkutan at nagdudulot ng
paghihirap at kaawa-awa.**

**O Panginoon, Ikaw ang pinagmumulan ng walang
hanggang pagkabukas-palad at ang umaapaw na
bukal ng mga pagpapala at kabutihan. Alamin din
natin ang kagalakan ng pagbibigay, at magbigay tayo
nang malaya upang matugunan ang mga
pangangailangan ng iba na parang sarili natin sila.**

**Kapag ang isang tao ay hindi humahatol sa iba
kundi sinisikap na tulungan sila nang may pang-
unawa at pagmamahal, ang mga batas ng Diyos—**

bilang mga may kamalayang puwersa—ay tuturing sa taong mahabagin sa parehong paraan.

Sinumang magbigay ng tulong sa kapwa nang may pusong umaapaw sa kabaitan at pagkabukas-palad ay matutuklasan na ang kanyang ibinibigay ay babalik sa kanya, at ito ang batas ng pagkilos na naaangkop sa mga puso.

Ang nararamdaman ng isang tao para sa iba ay lumilikha ng patuloy na mga pag-ugong sa eter, na umaakit ng katumbas na dami ng empatiya at kabaitan. Ang nagpapatawad sa mga nagkasala sa kanya ay makakaakit ng kapatawaran at pagpaparaya para sa kanyang sarili.

Ang pakikisama sa mabubuti at matatalinong tao na may malalakas na pag-iisip, pagbabasa ng magagandang libro, paggalugad sa sariling panloob na sarili, pakikibahagi sa mga malikhaing likhang sining, agham, panitikan, at mga mabunga at kapakipakinabang na aktibidad ay pawang nakakatulong sa pagpapaunlad at pagpapalakas ng isip, na ginagawa itong mas madaling tumanggap ng mas mataas na kaalaman. Bukod pa rito, ang pang-araw-araw na pagmumuni-muni ay nagpapagana sa kaluluwa ng banal na karunungan.

Walang paghahambing sa pagitan ng mayayaman sa lupa at ng mayayaman sa espiritu, dahil ang mayayaman sa espiritu ang siyang pinakamayaman sa mga mayayaman sa paningin ng Diyos.

Pasiglahin kami ng mabangong simoy ng iyong presensya

Punuin mo kami ng pananabik sa iyong maluwalhating presensya

**Nawa'y ang aming pagkatao ay mapangalagaan
ng iyong banal na karunungan**

**Hayaan mong maramdaman namin ang iyong
banal na liwanag**

Ito ay tumatagos sa bawat aspeto ng ating buhay

At pinapalakas nito ang ating determinasyon

At pinapawi ang ating kadiliman

**At nawa'y yakapin tayo ng kapayapaan
at optimismo**

**Nagbibigay ito sa atin ng motibasyon upang
gumawa ng mabubuting gawa**

**Ang ugat ng mga pandaigdigang problema ay ang
pagkamakasarili, na nagmumula sa kamangmangan**

**Iniisip ng lahat na ginagawa nila ang tama, ngunit
kapag ang sarili lamang nilang mga layunin ang
kanilang hinahabol, pinapatakbo nila ang karmic law
ng sanhi at bunga, na tiyak na sisira sa kanilang
sariling kaligayahan at sa kaligayahan ng iba.**

**Habang lalo kong nasasaksihan ang mga trahedya
sa mundo na dulot ng kamangmangan ng tao, lalo
kong napagtatanto na ang kaligayahan ay hindi
magtatagal kahit pa ang mga kalye ay binalutan ng
ginto.**

**Ang kaligayahan ay nakasalalay sa pagpapasaya
sa iba. Kung gagawin iyon ng lahat, lahat ay magiging
masaya at lahat ay makakakuha ng kanilang bahagi
sa biyaya ng mundo.**

**Dapat makontrol ng isang tao ang kanyang buhay
sa pamamagitan ng pagpuksa sa mga buto at ugat ng
pagkabigo sa pamamagitan ng pagsasanay sa
kanyang kalooban sa tamang landas upang mabago
at mayanig nito ang mga ilusyon ng tao.**

**Ang kagustuhang ito ay mahalagang hindi
masisira dahil ito ay repleksyon ng banal na
kalooban, at ito ay umiiral na sa loob ng tao, at ang
kailangan lang niyang gawin ay ihayag ito sa kanyang
kaibuturan.**

**Kapag ang iyong mga tagasunod ay nananalangin
Tinitipon ko ang mga sinag ng sagradong
kaligayahan mula sa kanilang mga mata**

**At hinahalo ko ito sa aking espirituwal na sigasig
Upang ialay ito bilang isang nakakapreskong
inumin para sa aking uhaw na mga isipan**

**Umiinom siya hanggang sa siya ay masiyahan, at
ang kanyang mga sakit at takot ay nawawala**

**Para sa mga humihingi ng pakikiramay at
pakikiramay**

Inihahandog ko ang mahiwagang cocktail na ito

**Sa mga malinaw na tasa ng taos-pusong puso at
mabubuting hangarin**

**Nawa'y lahat ng umiinom ng pinagpalang elixir na
ito**

**Nararanasan niya ang walang hanggang
kaligayahan at nakakalimutan ang kanyang mga
problema at sakit!**

**Bigyan mo kami ng tubig ng pang-unawa
Milyun-milyong tao ang napagod at nanghina
dahil sa espirituwal na pagkauhaw**

**Kaya nagsimula silang magsiksikan sa gitna ng
mga pulutong ng labis na kamangmangan**

**Marami ang nayayanig dahil sa malalakas na
pagyanig**

Nahuhulog sila sa daan

**Dinudurog sila ng kamangmangan gamit ang mga
kuko nito**

**Panginoon, hinahangad namin ang tubig ng
kapayapaan**

at ang inumin ng karunungan

At ang salu-salo ng pag-unawa

Para mapawi ang ating nag-aalab na uhaw

Dahil hindi napapawi ng tubig ng pang-unawa

**Nagtatalo tayo, nag-aaway tayo, at nag-aaway
tayo**

Pinapatay natin ang isa't isa

Sa halip na subukang maghanap

Sa lambak ng matatayog na kabundukan

Sa Lawa ng Pag-unawa

**Kaninong tubig ang pumapawi ng uhaw ng
kaluluwa**

Isinasalaysay nito ang mga larangan ng emosyon

**Sa tuwing nagpapadala ako ng mga alon ng habag
at kabutihang-loob sa iba, nagbubukas ako ng daan
patungo sa pagmamahal ng Diyos**

Para mapalapit ka sa akin

**Ang banal na pag-ibig ay ang magnet na umaakit
sa pinakadakilang kabutihan**

**Pumasok Ka, O Panginoon, sa santuwaryo ng
aking kaluluwa sa pamamagitan ng bintana ng
pananabik sa aking puso, at sa pamamagitan ng
aking taimtim na mga panalangin**

**Susunugin ko ang lahat ng aking mga kahinaan sa
intelektwal at moralidad sa apoy ng determinasyon,
dahil kung hindi ko aalisin ang mga kahinaang iyon,
hindi ko makikita ang banal at pinagpalang apoy.**

O, Panginoon

**Ngayon ay mangangako akong isakatuparan ang
mga partikular na bagay at pagkatapos ay gagawin ko
ang aking pinlano**

Sisiguraduhin ko muna na tama ang aking intensyon, at saka ko mararamdaman ang iyong lakas at, sa tulong at pagpapala mo, maisasagawa ko ang aking balak gawin.

Ang sakit ay may tatlong uri: pisikal, sikolohikal, at espirituwal

Ang pisikal na karamdaman ay bunga ng iba't ibang uri ng pagkalason, mga nakakahawang sakit, at mga aksidente

Ang sakit sa pag-iisip ay sanhi ng takot, pagkabalisa, galit, at iba pang emosyonal na kaguluhan

Gayunpaman, ang espirituwal na sakit ay nagmumula sa kamangmangan ng isang tao sa kanilang kaugnayan sa Diyos

Ang kamangmangan ang pinakamalaking sakit. Kapag naalis ng isang tao ang kamangmangan, naalis din nila ang mga sanhi ng lahat ng pisikal, sikolohikal, at espirituwal na sakit.

Madalas sabihin ng aking guro, si Sri Yuktsuwar: Ang karunungan ay lunas sa bawat sakit

Habang kumakalat ang mga sinag ng araw, itatanim ko ang mga sinag ng pag-asa sa mga puso ng mga mahihirap at kawawa, at sisindihan ko ang mga lampara ng determinasyon at tiwala sa sarili sa mga puso ng mga taong nag-iisip na sila ay mga bigo.

Kapag napagtanto natin na ang buhay ay isang paaralan para sa pag-aaral at pagtupad sa mga tungkulin, at kasabay nito ay isang panandaliang pangarap, malalaman natin na ang Diyos ay kasama natin.

Ang buhay ay dapat nakabatay sa paglilingkod, sapagkat kung wala ang marangal na layuning iyon,

ang isip na ibinigay ng Diyos sa tao ay hindi makakamit ang layunin kung bakit siya nilikha.

Isang gabi, naligo ako sa karagatan sa ilalim ng liwanag ng buwan. Napakalamig ng tubig, pero ipinaalala ko sa sarili ko na lahat ng bagay ay gawa sa kuryente, na ang kuryenteng lumilikha ng lamig ay lumilikha rin ng init, at ang tubig mismo ay walang iba kundi isang manipestasyon ng mga enerhiyang elektrikal.

Sa gitna ng pag-iisip na ito, binalot ako ng liwanag ng Diyos, at iniwan ako ng pakiramdam ng lamig dahil tumanggi akong tanggapin ito. Sa halip, pinagtibay ko ang katotohanan na ang lahat ay gawa sa banal na elektrisidad.

Maraming taon na ang nakalilipas, ang panahon ay napakainit, at lahat ay hinihingal. Dahil sa pakikipag-ugnayan sa akin, ang kanilang pagkailang ay nalipat sa akin, na pumipigil sa akin na mag-concentrate at magsulat ng mga artikulo. Pagkatapos ay pinagalitan ko ang aking sarili, sinasabing, "Bakit ganito ang lahat?" at nanalangin sa Diyos.

"O Panginoon, ang parehong kuryente ang lumilikha ng init sa oven at yelo sa refrigerator. Banayad ang panahon!" Agad na naging kaaya-aya ang panahon para sa akin na parang may nakapalibot na niyebe sa aking katawan, at nagsimula akong makaramdam ng labis na inspirasyon at sumulat nang walang anumang kahirap-hirap.

Minsan, naglalakbay ako sa buong Estados Unidos sakay ng isang bukas na sasakyan kasama ang isang grupo ng mga batang estudyanteng tumutuklas sa sarili [nakasaad sa mga sanggunian na ang isa sa kanila ay nagngangalang Rashid]. Isa sa kanila ay ang

aking sekretarya. Natulog kami sa sasakyan at nagbahagi ng isang maliit na kumot.

Ang lamig ng gabi. Nang ako'y nakatulog nang mahimbing, hinila niya ang kumot sa akin, at nang magising ako sa kalagitnaan ng aking paggising, hindi ko namamalayang nahila ko rin ang kumot sa kanya! Nagpatuloy ito nang ilang sandali. Pagkatapos ay sinabi ng aking isipan, "Bakit ka nagkakaganyan? Ayos lang ang lahat. Mainit ka!"

Pagkatapos ay itinapon ko ang kumot, umupo, at nagsimulang magnilay-nilay hanggang sa ang aking katawan ay parang mainit na tinapay. Nang magising ang mga disipulo pagkalipas ng dalawang oras, nanginginig sa lamig, natagpuan nila akong hindi gumagalaw. Ako ay nalubog sa banal na kaligayahan, at inakala nilang patay na ako. Ginising nila ako mula sa aking espirituwal na pagkagalak sa pamamagitan ng kanilang mga sigaw, ngunit ngumiti ako at sinabi, "Bakit ang ingay-ingay, mga binata? Ipagpatuloy natin ang ating paglalakbay."

Nagprotesta sila, sinasabing, "Nakaupo ako sa sobrang lamig nang walang amerikana o kumot! Pero hindi ako sinipon, ako lang ang nanatiling mainit!"

Paalala: Hindi namin inirerekomenda ang paglalantad ng katawan sa malupit na klima. Binanggit ng pantas na si Paramahansa ang mga karanasang ito upang ipakita ang potensyal at likas na kakayahan ng tao, ngunit pinayuhan pa rin niya ang pag-iingat at pagiging katamtaman sa pagharap sa mga ganitong sitwasyon.

Napagtanto ko na ang aking mga iniisip ay magdadala sa akin ng pagkabigo o tagumpay, depende sa kung aling ideya ang pinakamalakas sa aking buhay. Kaya, susubukan kong alalahanin na

Ikaw, Panginoon, ay nag-aalok ng iyong tulong at naghahanda ng daan para sa aking tagumpay.

Magkakaroon ako ng katapatan at sinseridad sa aking pakikitungo at pakikipag-ugnayan sa lahat, at magpapalaganap ako ng mapagmahal na mga kaisipan at mabubuting hangarin, at pagkatapos ay susuportahan ako ng Diyos gamit ang Kanyang lakas at karunungan.

Kapag ang isip ay naaayon sa Diyos, ang pinagmumulan ng lahat ng kabutihan at ang pinagmulan ng lahat ng pinagpalang kapangyarihan, nalalaman nito ang banal na presensya at taglay ang lahat ng elemento ng tagumpay.

Ang mga elementong ito ay malapit na nauugnay sa makapangyarihang kapangyarihan ng Diyos, na kayang lumikha ng mga bagong dahilan at pagkakataon para sa tagumpay sa anumang larangan.

Dapat tayong maghanap ng isang komunidad ng mga progresibong tao na nagsasabi sa atin ng katotohanan at tumutulong sa atin na mapabuti ang ating mga sarili.

Ang pinakamatalik na kaibigan ay iyong mapagkumbabang nagmumungkahi ng mga paraan na magagamit natin at mga bagay na dapat nating gawin upang mabago ang ating buhay para sa ikabubuti.

Ang malupit na kritisismo, na binibigkas nang may masamang hangarin at matigas na damdamin, ay parang pagpalo ng martilyo sa ulo ng isang tao, samantalang ang pag-ibig ay mas makapangyarihan at mas kapaki-pakinabang.

Ang mga mabubuting mungkahi na ibinibigay nang may pagmamahal at pag-unawa ay may kakayahang lumikha ng mga kababalaghan,

samantalang ang masasakit na kritisismo sa iba ay walang naitutulong na makabuluhan.

Kahit ang pinakamatinding kalungkutan ay napawi ng panahon, kaya walang saysay na alalahanin pa ang kalungkutan araw-araw sa ating buhay.

Ang matagalang pagdadalamhati para sa isang yumaong mahal sa buhay ay hindi nakakatulong sa kanya o sa atin, ni hindi nito binabago ang anumang bagay sa katotohanan

Ang pagkakaroon ng inferiority complex o pagpaparusa sa sarili dahil sa mga nakaraang pagkakamali o pagkabigo ay hindi kapaki-pakinabang; sa halip, ginagawa nitong miserable ang buhay at pinaparalisa ang mga kakayahang pangkaisipan.

Hindi natin dapat hayaang mahulog tayo sa hukay ng nakakabagot na gawain, dahil iyon ay isang sikolohikal na kalagayan na malayo sa komportable, dahil ginugulo nito ang isipan at sinusunog ang mga nakatagong kakayahan sa pugon ng kawalang-interes.

Ang kalooban ng tao ay isang makapangyarihang tagalikha ng enerhiya. Sa pamamagitan ng paggamit ng lakas ng loob at pagnanais na ma-access ang mga tunay na mapagkukunan ng enerhiya, ang isang tao ay mabilis na makakakonekta sa walang katapusang tagapamahagi ng mga panloob na puwersa.

Ang bawat salita, mabuti man o masama, ay nag-iwan ng mga vibrations nito (ibig sabihin, ang mga epekto nito) sa katawan o utak, at sa enerhiya ng buhay at pag-iisip sa anyo ng mga hilig at pagnanasa. Samakatuwid, ang mga vibrations ng lahat ng

pagsasalita ay nag-iiwan ng mabuti o masamang tendensiya sa isip.

Ang taong nag-aalis ng mga motibo sa pagbaluktot sa katotohanan ay nagtatatag sa kanyang sarili ng isang napakalaking lakas upang hindi siya magsabi ng kasinungalingan at lahat ng kanyang mga salita ay totoo.

O Panginoon, bigyan mo ako ng lakas upang gamitin ang aking tinig upang maglingkod sa katotohanan sa pamamagitan ng pagsasalita ng matamis, kapaki-pakinabang, at nakagiginhawang mga salita. Tugtugin mo ang Iyong walang kamatayang mga himig sa plauta ng aking buhay upang ako ay pagpalain ng mga bibrasyon ng Iyong mga banal na himig.

Tayo ay mahalagang bahagi ng walang hanggang kosmikong karagatan. Kapag narating natin ito at lumangoy dito, lumalawak ang ating kamalayan at nadarama natin ang ating kalawakan.

Ang pag-iisip tungkol dito ay naglalapit sa atin dito, ang pagninilay-nilay ay humahantong sa atin dito, at ang patuloy na pagsisikap na makibagay dito ay nagbibigay sa atin ng kaalaman, determinasyon, at enerhiya.

Ang tila isang kahirapan ay sa katunayan isang paanyaya upang ilabas ang mga kapangyarihang nakaimbak sa atin, at sa bawat paglabas ng mga nakatagong enerhiya ng kabutihan sa loob natin, tayo ay nagiging mas malakas at mas matalino.

Ang Diyos ay nagbibigay ng tulong sa mga nakatagong paraan. Ang kapayapaan ng isip na bumababa sa naghahanap habang nagmumuni-muni

ay katibayan ng Kanyang presensya, at ang espirituwal na kagalakan na nararamdaman ng nagmumuni-muni ay ang Kanyang tugon sa kanyang mga pananabik at pagmamahal.

Kailangan ng isang tao ng sapat na oras upang temasahin ang kagandahan ng kalikasan, upang suriin ang kanyang buhay, at suriin ang mga bagay na itinuturing niyang kinakailangan o sa tingin niya ay mahalaga at hindi niya kayang wala, upang masiyahan siya sa kung anong mayroon siya at gumugol ng kinakailangang oras kasama ang kanyang mga kapamilya at kaibigan upang mas makilala sila, at higit sa lahat, makilala ang kanyang sarili.

Nauunawaan ng mga nakakakilala sa Diyos na ang panloob na kaluluwa ay naglalaman ng walang hanggang kaligayahan sa loob nito. At sinumang nakatikim ng kaligayahang iyon at nasisiyahan dito ay nagtataglay ng walang hanggang karunungan.

Bakit tila nakakatakot ang sakit? Dahil nagdudulot ito ng sakit at kamatayan

Ang sakit ay dapat alisin sa katawan at sa isip at kaluluwang nababalot ng kamangmangan

Ang sakit ay hindi limitado sa pisikal na katawan; mayroon ding mental, sikolohikal, at espirituwal na pagdurusa. Nagdurusa tayo sa kalungkutan, mula sa iba pang hindi malusog na pag-uugali at sikolohikal na kondisyon, at mula sa mga takot na kadalasang kathang-isip lamang. Sa espirituwal, nagdurusa tayo sa kamangmangan sa imortal na kalikasan ng ating mga kaluluwa.

Ang banal na kapangyarihan ay gumagana nang may matinding katumpakan, kaya't ang isa ay dapat na maging kasuwato at sumunod dito

**Dapat nating hayaang dumaloy ang kosmikong
bibrasyon ng Diyos patungo sa atin at sa
pamamagitan natin**

**At upang dalhin ang Kanyang buhay na presensya
sa ating buhay at punuin ang ating mga katawan ng
Kanyang pinagpala at nakapagpapagaling na enerhiya**

**Sa pamamagitan ng pagpapalit ng mga
negatibong bentahe ng mga positibo, nawawala ang
kalituhan at naibabalik ang kapayapaan ng isip**

**Kapag ang isang disipulo ay gumawa ng matatag
na desisyon na magpatuloy sa landas, walang
makakapigil sa kanya at walang balakid na
makakahadlang sa kanya.**

**Ang katawan ay binubuo ng trilyong selula, at ang
bawat selula ay parang isang matalinong nilalang.
Ang nakatagong katalinuhan sa bawat selula ay dapat
gisingin at sanayin upang malaman ang lahat ng
maaaring malaman, ngunit hindi sinanay ng tao ang
mga selulang iyon, at samakatuwid ay nabubuhay
siya sa isang estado ng depresyon, panandaliang
pang-unawa sa pag-iisip, at nagdurusa mula sa
kakulangan ng kaalaman.**

**Paalala: Ang pahayag sa itaas ay ginawa sa isang
lektura ni Master Paramahansa noong 1927.
Pagkalipas ng ilang dekada, natukoy ng mga biologist
ang DNA na nasa nucleus ng bawat selula.
Napatunayan ng mga eksperimento na ang DNA sa
bawat selula ay naglalaman ng napakatumpak na
impormasyon at katalinuhan.**

**Ang katapatan at pagiging matapat ay kabilang
sa mga pinakadakilang katangian na lubos kong
pinahahalagahan sa isang tao**

Ang pagkakaibigan ay lumalago sa katapatan at yumayabong at umuunlad sa lupa ng katapatan

Gaano man tayo kalapit sa isang tao, dapat nating pagandahin ang relasyong iyon nang may respeto at wastong pag-uugali, upang ang pagkakaibigan ay maging kahanga-hanga at pangmatagalan.

Gayunpaman, ang pagiging pamilyar na humahantong sa kawalang-ingat at pagwawalang-bahala sa damdamin ng iba ay nakakasira sa pagkakaibigan.

Ang isang tao ay nangangailangan ng mga tunay na kaibigan na nakaakyat na sa hagdan ng buhay upang tulungan siyang patuloy na umunlad. Dapat din niyang tulungan ang iba na bumangon at ibahagi sa kanila ang mga pagpapala ng Diyos na kanyang tinatamasa.

Ang tunay na pagkakaibigan ay ang pangkalahatang espirituwal na atraksyon na naglalapit sa mga kaluluwa at nagbubuklod sa kanila ng bigkis ng banal na pag-ibig.

Ang pag-ibig o pagkakaibigang ito ay maaaring mangyari sa pagitan ng dalawa o higit pang tao

Kapag ang espirituwal na pagkakaibigan ay nananahan sa puso, ang kaluluwa ay lumulutang sa sumasaklaw na dagat ng kosmikong espiritu, iniwan ang mga paghihigpit at hangganan na naghihiwalay dito mula sa nilikha ng Diyos.

Nakakaramdam ako ng koneksyon sa buong sangkatauhan, tulad ng pakiramdam ng isang tao na malapit sa kanyang pamilya. Hindi mailalarawan ang pakiramdam na ito, at kapag dumating ito, may dala

itong malalim na pag-unawa sa kahulugan at kagandahan ng buhay.

Isang katalinuhan ang magsikap na gawin ang kalooban ng Diyos sa lahat ng ating ginagawa, sapagkat ito ang landas tungo sa panloob na kapayapaan at kaligayahan. Ang malawak at walang hanggang sansinukob na ito, kasama ang magkakaibang likas na puwersa nito, ay pinamamahalaan ng gabay na kalooban ng Diyos. Ang lahat ay gumagana alinsunod sa banal na plano, at tayo ay mahalagang bahagi ng kosmikong planong iyon.

Dapat nating gampanan ang ating tungkulin, at dapat nating gampanan ang papel na iniaatas sa atin ng Diyos, hindi ang papel na nakalulugod sa atin.

Mula sa mga archive: Nagkita na ba tayo dati?

Noong unang panahon, sa puso ng eter, nang tayo ay umiral bilang mga espiritu, tayong lahat ay natulog

Sa ilalim ng kumot ng banal na pag-ibig At nang tayo'y gisingin ng Diyos, tayo'y lumayo sa Kanya, tulad ng sa kuwento ng alibughang anak, at nakalimutan natin ang banal na ugnayan sa pagitan natin at naging mga estranghero sa isa't isa.

Dahil iniwan natin ang ating tahanan sa langit, tayo ay naging mga manlalakbay sa mundong ito, tinatahak ang mga sulok ng mundo at tinatahak ang mga landas ng tadhana.

Malayo at malawak na ang ating nilakbay, malayo sa ating orihinal na tahanan. Ngunit paminsan-minsan, may ilang lugar, karanasan, at mukha na pumupukaw sa mga nakabaong alaala at malalim at panloob na damdamin na bumubulong sa atin.

Pakiramdam natin ay nararanasan natin muli ang mga bagay na alam natin noon, at nakikipagkita at nakikipag-usap tayo sa mga mahal sa buhay na naging malapit sa atin noong unang panahon.

Panginoon, pagpalain mo kami ng biyaya ng banal na pag-ibig

Hayaang matunaw ang aming mga puso sa pananabik para sa iyo

At ang apoy ng pananabik ay nagliliyab sa loob niya

Marahil ang ating mga kaluluwa ay nakakulong sa mga pisikal na hawla

**Nakakawala siya sa kanyang mga limitasyon
At siya'y umalis, dala ng banal na pananabik
Patungo sa mga dalampasigan ng iyong kawalang-hanggan**

O aming walang hanggang minamahal

Hinihiling namin sa iyo, O Panginoon

Nawa'y sumikat ang iyong pagmamahal sa aming mga kaluluwa

At nawa'y sumikat sa amin ang karilagan ng iyong kaluwalhatian

At nawa'y gabayan kami ng Iyong karunungan sa lahat ng yugto ng aming buhay

At nawa'y tanggapin Niya ang pag-ibig ng ating mga puso at ang ating mga inaasam

At pagpalain kami ng haplos ng iyong presensya

At masiyahan sa pagiging malapit sa iyo

Kapag sinimulan nating maunawaan ang sangkatauhan sa kabuuan nito, napagtatanto natin na hindi lamang ito isang pisikal na nilalang. Sa loob nito ay naroon ang maraming puwersa, na ang potensyal

ay ginagamit nito sa iba't ibang antas upang umangkop sa mga kondisyon ng mundong ito. At ang potensyal ng mga puwersang ito ay hindi masukat na mas malaki kaysa sa inaakala ng karaniwang tao.

Ang pang-akit ng banal na pag-ibig ay gumagana sa pamamagitan ng dalisay na pang-aakit at banayad na panghihikayat. Kapag nararamdaman ng puso ang tawag ng banal na pag-ibig, ito ay inaalihan ng pagnanais na palawakin ang bilog ng bihag nitong pag-ibig upang maisama ang pag-iral at lahat ng narito. Kaya, ang bihag na pag-ibig ay napalaya at nagiging walang pigil sa labas ng mga rehas ng pagkamakasarili at katigasan.

At sa gayon ang pag-ibig ay muling nasusumpungan sa puso ng Diyos, at ang lahat ay pinagsama sa pinagpalang pagkakaisang iyon.

Lumalago tayo sa bawat karanasang ating pinagdadaanan, basta't nauunawaan natin na may matututunan tayong mahahalagang aral mula rito. Sapagkat ang bawat sakit at pagdurusa na ating nararanasan ay may kahulugan at layunin.

Sa kabila ng kalupitan ng mga eksperimento, para silang apoy na tumutunaw sa iron ore upang gawin itong maganda, matibay, at maraming gamit na bakal.

Ang kapakumbabaan ay ang bukas na pinto kung saan ang kasaganaan ng awa, pag-ibig, at katahimikan ay pumapasok sa mabubuting kaluluwa na umiibig sa kabutihan at tumatanggap sa mga liwanag at pagpapala ng langit.

Matagumpay man ang isang tao na negosyante, tuso na pulitiko, malupit na diktador, o isang dakilang repormador, ang kanyang kapangyarihan ay walang-wala kumpara sa walang hanggang kapangyarihan ng Diyos.

Ang kayabangan ay nagdudulot ng espirituwal na pagkabulag dahil itinataboy nito ang kaluluwa mula sa pananaw ng malawak na kalawakan na nananahan sa mga dakilang kaluluwa.

Natatanto ng mga dakilang tao na ang kanilang lakas ay hiniram mula sa Makapangyarihang Diyos na nagmamahal sa mga mapagpakumbaba at nagpapalago sa kanila ng kaalaman, patnubay, at lakas.

Ang tunay na pagkakaibigan ay ang liwanag na nagbibigay-inspirasyon sa atin upang magtulungan upang makita natin ang pintuan ng langit at makapasok dito patungo sa kaharian ng banal na pag-ibig.

Ang pagiging magagalitin ay parang kanser, sumisira sa panloob na kapayapaan. Ito ang dahilan kung bakit ang isang taong may malupit na ugali ay hindi kayang malampasan ang kanilang mga kahirapan at problema.

Kapag nililimitahan ng isang tao ang kanyang sarili sa pamamagitan ng mga mapaminsalang gawi, hindi na niya kayang patuloy na makipaglaban sa buhay, at sa sandaling hayaan niyang kontrolin ng negatibong kalooban ang kanyang isipan, nagiging paralisado ang kanyang kalooban.

Ang mga katangiang iyon ay bumabalot sa utak ng isang hamog ng kalituhan at pagkalito, at sumisira sa mahusay na pagpapasya.

Kayang magtagumpay ng isang tao sa pamamagitan ng kanyang isip at kalooban, gaano man kapait at kahirap ang mga pangyayari sa buhay

Ang kaluluwa ng tao ay nakagapos sa katawan ng isang kadena ng mga pagnanasa, tukso, problema, alalahanin, at takot, at sinusubukan nitong palayain ang sarili nito.

Kung patuloy mong hilahin nang napakahigpit ang kadenang gumagapos sa iyo sa pisikal na kamalayan, balang araw ay makikialam ang banal na kamay at puputulin ang kadena, at ikaw ay magiging malaya.

Ano ang halaga ng buhay kung walang mabubuti at tapat na mga kaibigan? Ang puso ay may magnet na umaakit ng mga tunay na kaibigan. Ito ay magnet ng pagmamahal, pagiging di-makasarili, at palakaibigang pagmamalasakit.

Kapag nakipagkamay tayo sa isang tao, dapat nating iparating sa kanila ang magnetismo ng ating pagmamahal at katapatan at sikaping tulungan sila sa abot ng ating makakaya.

Hindi na kailangang manatiling walang pagbabago at walang pagbabago ang mga tao. Ang mga lambong ng ilusyon ay dapat hubarin mula sa diwa ng kaluluwa upang ito ay magniningning sa kadalisayan at lakas nito, na nagpapakita ng marangal na karilagan na ipinagkaloob ng Diyos sa sangkatauhan.

**Pagpapalain ng Diyos ang mabubuting
pagsisikap, mga lehitimong ambisyon, at
determinasyon upang makamit ang tagumpay**

O, Panginoon

**Kahit ano pa mang pagsubok at paghihirap ang
aking kakaharapin**

**Alam kong ito ang susunod na yugto ng aking
espirituwal na pag-unlad.**

**Alam kong taglay ko ang kaalaman at
kapangyarihan**

Yung dalawang bagay na ibinibigay mo sa akin

Tiyak na pag-unawa at tiyak na tagumpay

**Ang langit ay isang estado ng lubos na kagalakan
kung saan walang problema o kalungkutan**

**Sa pamamagitan ng patuloy na mabubuting
pagsisikap at mabubuting gawa, ang mga kaluluwa ay
sa wakas ay makakarating sa isang estado ng
pangmatagalan at panibagong kagalakan.**

**Ang mabubuting gawa ay nangangahulugan ng
pagninilay-nilay at mga nakabubuo at kapaki-
pakinabang na gawain**

**Kapag nagawa mong gawing karunungan ang
kamangmangan**

**Mula sa kahinaan at kahinaan tungo sa kalusugan
at sigla**

**Lumakad nang may kumpiyansa at matapang -
kahit mag-isa - sa mga landas ng buhay**

**At ang panloob na kagalakan ng pagkakaroon ng
isang buhay at mapagbantay na konsensya**

**At matibay na pananampalataya sa katarungan
ng Diyos at sa tagumpay ng katotohanan laban sa
kasinungalingan at realidad laban sa ilusyon**

At kapag sinusubukan mong ilabas ang iyong mga iniisip araw-araw patungo sa mas mataas at mas pino na mga antas

Siya ay may pusong mapagmahal at nagpapasalamat

**At mabuting hangarin sa kapwa
Ang iyong intelektwal na pagpapakain ay magnetiko**

At pagkatapos ay aakitin nito sa iyo ang lahat ng maganda at kapaki-pakinabang

Mula sa mga bagay, tao, at mga pangyayaring kailangan

Patuloy ang paglalakbay patungo sa mga baybayin ng seguridad at kaligtasan

Ang pagsunod sa positibong katahimikan at katahimikan, kahit kalahating oras bago matulog sa gabi at paggising sa umaga, ay magpapahusay sa pakiramdam ng sikolohikal na ginhawa, na makakatulong sa pagharap sa lahat ng mahihirap na pangyayari sa pang-araw-araw na laban sa buhay. Sa pamamagitan ng panloob na damdaming iyon, magiging posible na makamit ang pang-araw-araw na mga pangangailangan.

Ang pag-abot sa isang estado ng mas mataas na kamalayan ay nagpapabilis sa espirituwal na pag-unlad at nakakatulong upang mas mahusay na sumisid sa dagat ng espiritu.

Nakakamit ng isang tao ang kaligayahan ayon sa kalidad ng mga binhi ng mga kaisipan at kilos na kanyang inihasik at patuloy na inihahasik sa lupa ng kanyang buhay.

Ang isip ng tao ay isang malawak na imbakan ng enerhiya o mahahalagang aktibidad

Ang aktibidad na ito ay patuloy na ginagamit sa mga paggalaw ng kalamnan, paggana ng puso, baga, at diaphragm, metabolismo ng selula, mga reaksiyong kemikal ng dugo, at sa paggana ng mga motor sensory organ (nerbiyos).

Bukod pa rito, malaking halaga ng mahalagang enerhiya ang ginugugol sa pag-iisip, emosyon, at kagustuhan

Ang takot ay nagpapahina sa mahahalagang aktibidad at isa sa pinakamatinding kaaway ng aktibong kalooban

Ang pagkukunwari ay hindi nagbubunga ng magandang resulta. Hindi maitatago ng pinakamatalino sa lahat ng matatalino ang nakikita ng kanyang mga mata, dahil ang buong kasaysayan ng isang tao ay nakatala sa kanyang mga mata.

Kung nais mong malaman ang pagkatao ng isang tao, hilingin sa Diyos na ibunyag sa iyo ang katotohanan tungkol sa taong iyon, dahil ayaw mong malinlang, at mararamdaman mo sa kaibuturan ng iyong puso ang kanyang tunay na pagkatao, at ang iyong intuwisyon ay hindi magkakamali.

Hangarin, intensyon, at kagustuhan:

Ang "nais" ay isang pagnanais na kulang sa enerhiya at ang "intensyon" ay ang determinasyon na gawin ang isang bagay: upang matupad ang isang partikular na kahilingan o hangarin. Tungkol naman sa "kalooban," maaari itong ipahayag sa pamamagitan ng pagsasabing: "Magtatrabaho ako nang walang pagod hanggang sa makamit ko ang gusto ko"

Kapag sinanay mo ang iyong kalooban, maaari mong pakawalan at idirekta ang mga puwersa ng mahahalagang aktibidad, sa halip na maghangad ng isang bagay nang hindi ginagawa ang kinakailangan upang makamit ito.

Hindi tayo dapat mawalan ng pag-asa, bagkus ay dapat nating maunawaan na binibigyan tayo ng Diyos ng sunod-sunod na pagkakataon upang mapabuti ang ating mga kalagayan, mapahusay ang ating mga ideya, at lumikha ng mga bago at kapaki-pakinabang na bagay para sa ating sarili at sa iba sa buhay.

Kung hindi tayo nasisiyahan sa ating kasalukuyang pamumuhay, dapat nating tuklasin ang mga bagong paraan at pamamaraan na magdudulot sa atin ng kasiyahan at kapayapaan ng isip. Dapat nating isaalang-alang ang mga aksyon na magpapabuti sa ating mga kalagayan at gagawing mas makabuluhan at may layunin ang ating buhay, at pagkatapos ay isabuhay ang mga ideyang iyon.

Panginoon, huwag nawa naming ituring na mas mahalaga ang tungkulin kaysa sa sagradong tungkuling kilalanin Ka. Sapagkat ang bawat kilos, anuman ang uri nito, ay makakamit lamang sa pamamagitan ng kapangyarihan ng tagumpay na lyong ipinagkaloob sa amin. Kaya't ibigin Ka namin nang higit sa lahat, sapagkat kung wala ang biyaya ng lyong buhay at ng lyong pag-ibig, hindi kami mabubuhay o makakapagmahal. Kami ay nagmula sa Diyos, at ang Kanyang mismong diwa ay nananahan sa amin sa lahat ng Kanyang kadalisan, kaluwalhatian, at labis na kaligayahan.

Kamalayan sa kaligayahan:

Walang hindi pagkakasundo tungkol sa ganap na pag-iral ng maligayang kamalayan, dahil kapag taglay natin ang kamalayang iyon, nararamdaman natin na ang ating indibidwalidad o ang ating maliit na personalidad ay nabago at nabago, at na tayo ay nakabangon mula sa dualidad ng pag-ibig at poot, kasiyahan at sakit, at naabot ang isang antas kung saan ang mga estado ng ordinaryong limitadong kamalayan ay lumilitaw na malinaw at maliwanag.

Nakakaramdam din tayo ng panloob na paglawak at paglawak, at isang pangkalahatang empatiya para sa lahat ng bagay.

Sa ganitong kalagayan, ang ingay ng mundo ay naglalaho, ang kaguluhan ay naglalaho, at sa loob natin ay lumilitaw ang isang pakiramdam ng pagkakaisa ng pag-iral at isang malinaw na pananaw sa kosmikong liwanag ang lumilitaw.

Lahat ng karumihan at paglihis ay natutunaw sa kawalan, at pakiramdam natin ay lumipat tayo sa ibang mundo: sa pinagmumulan ng walang hanggang kaligayahan at walang katapusang masayang pananatili.

Pinipiga at hinahadlangan ng takot ang mga aktibidad ng buhay na karaniwang dumadaloy nang regular patungo sa mga nerbiyos, kaya't nagmumukha itong paralisado, at ang katawan ay nagiging matamlay at ang sigla nito ay kapansin-pansin at makabuluhang bumababa (ang takot ay isang nerve blocker!)

Hindi nakakatulong ang takot na alisin ang sanhi ng takot. Pinapahina nito ang kalooban at hinihikayat ang utak na magpadala ng nakapanghihinang senyales sa mga organo ng katawan. Bukod pa rito, nilalason ng takot ang puso, pinapahina ang

panunaw, at nagdudulot ng maraming pisikal na karamdaman.

Kapag ang kamalayan ay nananatiling nakatuon sa Diyos, wala kang matatakot at malalampasan mo ang bawat balakid at balakid nang may lakas ng loob at pananampalataya.

Ang kapangyarihang magtagumpay ay nasa isip. Mapagtatanto mo ang katotohanang ito kung mananatili kang matatag sa iyong mga paniniwala sa kabila ng mga pagdududa ng mundo at panghihina ng loob ng mga taong nagtatangkang magpabagsak sa iyo. Walang limitasyon sa kapangyarihan ng isip. Ituon ang iyong pansin sa ideyang ito at punuin ang iyong isip ng pagnanais na magtagumpay at ng determinasyon na positibong magtrabaho patungo sa iyong mga layunin.

Patuloy na itulak ang iyong isipan tungo sa mas matataas na tagumpay. Kamtin ang espirituwal na kayamanan, at lahat ng iba pang anyo ng kayamanan at kasaganaan ay nasa iyong pamamahala.

Ang kamalayan ay walang hanggan at walang hangganan; umaabot ito hanggang sa pinakamalayong mga bituin at tumatagos sa bawat atomo sa sansinukob, hanggang sa pinakamaliit na mga elektron. Dapat madama ng mga tao ang pagiging kaisa ng karagatang ito ng kosmikong kamalayan, na lumalampas sa mga hangganan ng pamilya at bansa upang makilala ang kanilang sarili bilang mga miyembro ng mas malaking pamilya ng tao.

Walang sinuman ang makakaimpluwensya sa isang tao maliban sa pamamagitan ng paggamit o

maling paggamit ng kanilang kalooban. Dapat gamitin ng isa ang malayang pagpapasya na ibinigay sa kanila ng Diyos upang hanapin Siya, at pagkatapos ay tiyak na matatagpuan nila Siya.

Dapat tandaan ng disipulo na napakahalagang makihalubilo sa mabubuting tao na may positibong impluwensya at tumutulong upang magbigay-inspirasyon sa kanya, palakasin ang kanyang kalooban, at pahusayin ang kanyang kakayahang kumilala.

Sinabi ng gurong si Paramahansa sa isang grupo ng mga disipulo:

Ibinigay ko sa iyo ang aking pagmamahal nang walang kondisyon at walang pag-aalinlangan, at sigurado akong natanggap ko ang iyong pagmamahal bilang kapalit.

Ang ilan sa mga taong nakilala ko sa buhay ko ay nagtataglay ng lahat ng mga bagay na inakala kong gugustuhin ko, ngunit hindi nila natagpuan ang kaligayahan sa pagtupad sa mga hangaring iyon.

Hinanap ko muna ang Diyos at natuklasan ko na ang Kanyang patuloy na nagbabagong kagalakan ay tumutupad sa bawat hangarin at pinupuno ang kaluluwa ng tuwa at kasiyahan, at Siya ay mas kaakit-akit kaysa sa anumang katuwaan o tukso na umiiral.

Hindi dapat pakialaman ng isang tao ang puso ng ibang tao o guluhin ang kanilang damdamin, dahil ang puso ang sentro ng damdamin, at dahil ang mga emosyonal na komplikasyon ay nagiging sanhi ng pagkabalisa at pagkagambala sa puso.

Dapat suriin ng isang tao ang kanyang sarili upang matukoy ang mga natatanging katangian ng kanyang personalidad

Ang ilan ay mahilig sa pagsusulat, ang iba ay naaakit sa pagkomposo ng musika o pagsayaw at pagkanta, at ang ilan ay may posibilidad na magtrabaho sa larangan ng pananalapi at ekonomiya, at iba pa.

Sa kasamaang palad, may mga taong mahilig magkalat ng tsismis at makipagtsismisan, o makipag-away at mag-away.

Hindi dapat subukang baguhin ng isang tao ang kanilang mabubuting katangian, bagkus dapat nilang alisin ang mga bagay na ginagawa nila nang labag sa kanilang kalooban na nagdudulot sa kanila ng kalungkutan at pagsisisi bilang resulta.

Hindi normal na sikolohikal na pagkakabit:

Ang mga biktima ng sakit na ito ay nagiging isang panig lamang sa kanilang paghahangad ng kaligayahan. Sa paniniwalang ang kaligayahan ay nakasalalay sa pag-iipon ng kayamanan, pagkamit ng katanyagan, o pagkakaroon ng kalusugan o kapangyarihan, isinasakripisyo nila ang lahat—kalusugan, mabuting reputasyon, kapayapaan ng isip, karangalan, at dignidad—sa altar ng kanilang nag-aalab na ambisyon. Huli na, napagtanto nila na tanging ang isang balanseng buhay lamang, isa na gumagalang sa mga batas ng kalikasan at sa mga tuntunin ng Diyos, at nag-aayon sa aktibidad sa katahimikan, ang makapagdudulot ng tunay na kaligayahan at matutupad ang layunin ng isang marangal na buhay.

Ang mga dumaranas ng hindi malusog na mga sakit sa pagkabit ay nalululong sa mga kaisipan ng

walang pigil na pananabik, na humahantong sa isang baluktot at pilipit na pananaw sa buhay. Halimbawa, isang negosyante ang nakamit ang malaking tagumpay at nagkamal ng kayamanan, ngunit bago pa niya nasiyahan ang kanyang kayamanan, dumanas siya ng nervous breakdown dahil sa labis na pag-aalala at takot, at namatay na puno ng dalamhati. [Nawa'y bigyan ka ng Diyos ng kapanatagan]

Naniniwala ang iba na ang lahat ay pinahihintulutan upang makamit ang layunin. Dahil sa kalituhang ito, nawawala sa kanila ang kanilang tunay na layunin at hindi nila nakakamit kahit ang pinakamaliit na kasiyahan, kahit na taglay nila ang mga bagay na kanilang inaasam, dahil ang kalikasan ng tao ay malawak at maraming aspeto at nangangailangan ng balanseng pag-unlad sa lahat ng antas.

Iamig ng isip

Ang sakit na ito ay may ibang pangalan: kawalan ng pag-asa. Hindi alam ng isang tao kung kailan ito tatama at magdurusa sa mga nakababahalang sintomas nito, tulad ng kawalan ng pag-asa, kawalan ng kakayahang magparaya, pagkabalisa, at pagkainip. Mas malala pa, kadalasan itong tumatagal, at ang mga biktima nito ay madalas na madaling bumalik sa dati, kahit na naniniwala silang nakabawi na sila.

Sikolohikal na sipon

Ang sakit na ito ay sanhi ng pag-iisip ng mga talamak na makamundong alalahanin. Ang mga dumaranas nito ay karaniwang napapabayaang ang paggamit ng kanilang lakas ng loob at sa gayon ay pasibong sumusuko sa kanilang patuloy na takot sa halip na harapin ang mga ito nang buong tapang at alisin ang mga ito sa kanilang ugat.

Ang pinakadakilang bagay na maaaring hangarin ng mga mag-asawa para sa isa't isa ay ang espirituwal na pag-unawa na nagpapalaganap ng emosyonal na pagiging bukas at nagbubunga ng mga mararangal na katangian tulad ng pag-unawa, pagsasaalang-alang sa mga damdamin, at pagmamahal.

Gayunpaman, dapat isaalang-alang na ang espirituwal na paglago ay hindi maaaring ipilit sa iba

Kapag ang isang tao ay nakakaramdam ng pagmamahal sa iba, ang kanilang kabaitan ay magbibigay inspirasyon sa kanilang mga mahal sa buhay sa kanilang paligid at positibong makakaimpluwensya sa kanila.

Dinadalaw ng Diyos ang mga pusong dinalisay ng mga luha ng pananabik at naliwanagan ng mga kandila ng pag-ibig

Sinabi ni Guro Paramhansa sa isang grupo ng mga estudyante:

Huwag umasa ng espirituwal na bulaklak araw-araw mula sa hardin ng iyong buhay

Magtiwala ka na ang Diyos, na siyang pinagkatiwalaan mo ng iyong mga gawain, ay gagantimpalaan ka at tutuparin ang iyong mga pag-asa sa takdang panahon. Ngayong naihasik mo na ang binhi ng banal na pag-ibig sa lupa ng iyong mga kaluluwa, alagaan ito sa pamamagitan ng pagsusumamo at mabubuting gawa, at bunutin ang mga mapaminsalang at parasitikong damo sa paligid nito: ang mga damo ng pagdududa, pagkabagot, at panghihina.

Kapag sumibol ang mga sagradong pananaw, alagaan ang mga ito at diligan ng tubig ng pananabik at pananampalataya, at balang umaga ay matutuwa kang makita ang pinagpalang bulaklak ng pagkilala sa sarili.

Hindi natin dapat kalimutan ang pinakadakilang minamahal na nakatago sa likod ng lahat ng mga mahal sa buhay at mga kaibigan, at hindi natin dapat hayaang ang pag-ibig sa mga panandaliang bagay sa mundo ang maghari sa ating mga puso, na dapat tumibok ng walang hanggan at walang hanggang banal na pag-ibig na walang katulad at walang pag-ibig na umiiral ang hihigit dito. Sapagkat kapag ang banal na pag-ibig ang nagmamay-ari ng puso, ang katahimikan ay nananatili rito at ang kagalakan ng kaluluwa ay pupuno rito.

Pinapayuhan ng mga banal na kasulatan ang sangkatauhan na pagnilayan ang Diyos, ilubog ang kanilang mga isipan sa Kanya, isuko ang lahat ng bagay sa Kanya, at sambahin Siya nang taos-puso, nang walang pagkukunwari o pagkukunwari. Ang pagkilala sa Diyos ang dapat na maging pangunahing layunin ng buhay. Ang mga tungkulin sa mundo ay hindi matutupad nang walang tulong ng mga kapangyarihang ipinagkaloob ng Diyos sa sangkatauhan.

Walang bagay sa buhay ng isang tao ang dapat ituring na mas mahalaga kaysa sa Diyos. Kung ang isang tao ay taos-pusong nagmamalasakit sa Diyos at tinutupad ang kanilang espirituwal na tungkulin sa Kanya, ang kanilang mga kalagayan ay bubuti sa lahat ng paraan, at sila ay makakaramdam ng ligtas at panatag sa kabila ng lahat ng nakapaligid na mga pangyayari.

Ang isang tao ay hindi dapat lumabag sa mga karapatan ng iba, ni alisin ang kanilang lupain, kapayapaan, pag-ibig, dignidad, o alinman sa kanilang materyal at moral na mga ari-arian.

Kung hindi mo nararamdaman ang pagnanais na kunin ang hindi sa iyo, ang kailangan o ninanais mo ang darating sa iyo. Ang pagnanakaw ay unang nag-uugat sa isipan kapag ang isang tao ay nagsimulang mainggit sa iba. Ang mga buto ng malisyosong pagnanasa ay dapat bunutin mula sa isipan.

Ang espirituwal na altruismo ang landas kung saan natural na makakaakit ng kasaganaan ang isang tao, at ang mga pagpapala ay dadaloy sa kanila mula sa mga mapagkukunang alam nila at hindi. Ito ay isang hindi nagkakamaling banal na batas. Para sa mga magnanakaw at makasariling tao, ginugugol nila ang kanilang buhay sa paghahabol sa mga materyal na ari-arian, ang kanilang mga mata ay palaging nasa kung ano ang mayroon ang iba, kahit na ang kanilang sariling kaban ay umaapaw sa ginto.

Maliban kung ang materyal na pagkamakasarili ay iiwan, hindi malalaman ng mundo ang kaligayahan

Pagkatapos ng ilang taon ng pagsasama, libu-libong mag-asawa ang nagtatanong sa kanilang mga sarili:

"Saan napunta ang ating pag-ibig?"

Ang sagot para sa mga taong ito ay: Siya ay nilamon ng apoy ng labis na pagpapakasasa at nadaig ng pagkamakasarili at kawalang-galang

Kapag ang mga madilim na katangiang ito ay pumasok sa puso, ang pag-ibig ay nagiging abo

Kapag ang isang lalaki at isang babae ay nagmaltrato sa isa't isa, sinisira nila ang kanilang kaligayahan nang magkasama magpakailanman

Dapat tulungan ng isang lalaki ang isang babae na ipakita ang kanyang mabubuting katangian at iparamdam sa kanya na hindi lamang siya kasama niya upang tuparin ang kanyang mga hangarin, kundi bilang isang kasama sa landas, na kanyang iginagalang at pinahahalagahan, at itinuturing niyang isang pagpapahayag ng pinakamataas na aspeto ng buhay.

Dapat pantay ang tingin ng mga babae sa mga lalaki

Kung maglalagay ka ng maling uri ng pataba sa mga ugat ng puno, ang bunga ay magiging kaunti at mababawasan. Gayundin, kapag ang isang tao ay nagpapalusog sa puno ng pagkakaibigan nang may makasariling damdamin, ang kanilang hindi karapat-dapat na mga motibo ay sumisira at nagpapabago sa mga bunga ng pagkakaibigang iyon.

Ang pagiging interesado sa isang tao dahil lamang sa siya ay mayaman o maimpluwensya at may magagawa para sa atin ay hindi matatawag na pagkakaibigan. Gayundin, ang pagiging naaakit sa isang tao dahil sa kanyang magandang mukha ay hindi rin pagkakaibigan. Kapag nawala na ang mukhang iyon sa kanyang kabataan at mapang-akit na alindog, ang "pagkakaibigan" ay maglalaho at magiging isang bagay ng nakaraan.

Ang mabubuting gawa na ginagawa ng mga taong marangal upang tumulong sa iba ay hindi dapat gawin para sa katanyagan at katanyagan o para sa kasiyahan ng ego, bagkus ang lahat ng gawa ay dapat

gawin dahil sa pagmamahal sa Diyos at upang hangarin ang Kanyang kaluguran.

Ang mga nasisiyahan sa paninirang-puri, paninirang-puri, at tsismis tungkol sa iba ay hindi kailanman makakaranas ng kagalakan ng pagtulong sa iba sa pamamagitan ng mga nakapagpapatibay na salita at matalinong payo. Ang matinding pagkondena ay nagpapahina ng loob sa nagkasala at pumupukaw ng kanilang galit.

Karamihan sa mga tao ay batid sa kanilang mga puso ang kanilang mga kahinaan at masasakit na sugat na likas sa kanilang mga ina, at ang mga ito ay hindi maaaring gamutin sa pamamagitan ng matinding panggigipit at mapang-aping paninisi, kundi sa pamamagitan ng nakagiginhawa at nakaaaliw na balsamo ng pagmamahal.

Panginoon, hayaan Mo akong gawin ang nais Mong gawin ko, at huwag Mong hayaang kontrolin ako ng aking mga ambisyon o hangarin. Tulungan Mo akong maisakatuparan ang mga gawaing magpapabuti sa mundong ito sa lahat ng paraan, upang ang aking mga iniisip at kilos ay makapagpahayag ng Iyong kaluwalhatian at makapagpaalala sa iba tungkol sa Iyo.

Ang pagtulog ay isang biyaya, dahil anuman ang iyong mga problema, napalalaya ka mula sa mga ito kapag ikaw ay nakatulog. Ngunit dapat mong matutunan kung paano sinasadyang palayain ang iyong sarili mula sa mga problema habang ikaw ay gising. Kung hindi ka pa nakatikim ng asukal, hindi mo malalaman ang tamis nito. Gayundin, maliban kung lubos mong gagamitin ang potensyal ng isip,

hindi mo mapapahalagahan ang kamangha-manghang kapangyarihan nito.

Habang inilalabas ng Kanyang Kagalang-galang na Hukom ang kanyang pangwakas na desisyon hinggil sa isang maselang bagay na nangahulugan ng buhay o kamatayan para sa ibang tao, kasabay nito ay iniisip niya ang mga problemang pangtahanan na nangyari sa kanya nang araw na iyon at nagalit dahil hindi ipinatupad ang kanyang tuntunin sa tahanan!

Kung ang naturang hukom ay maglalabas ng hindi makatarungang desisyon na hahantong sa pagkamatay ng isang inosenteng tao dahil sa kakulangan ng pokus, siya naman ay mahaharap sa akusasyon at hahatulan sa harap ng Kataas-taasang Hukom, ang Hukom ng lahat ng kasalanan: ang pangkalahatang batas na walang kinikilalang paboritismo at kung saan walang lugar para sa nepotismo.

Naaalala ko pa noong nagkaroon ako ng hindi inaasahang karanasan; mula sa likod ng mga ulap ng pagmumuni-muni, biglang lumitaw ang buwang-liwayway ng espirituwal na kaligayahan at dinaig ang aking pagkatao.

Ang pinagpalang karanasang iyon ay lumampas sa lahat ng inaasahan, habang nakaramdam ako ng di-maipaliwanag na kagalakan, at ang liwanag ng kaligayahan ay nagliwanag sa lahat ng madilim na sulok ng kamalayan, pinalalayas ang mga anino ng kalituhan at mga tanong.

Ang liwanag na iyon—tulad ng isang X-ray—ay tumagos sa mga magagaspang na bagay at ipinakita sa akin ang mga bagay na nasa kabila ng normal na abot-tanaw ng aking paningin, silangan at kanluran,

hilaga at timog, sa harap ko at sa likuran ko, sa itaas ko at sa ibaba ko, sa loob ko at sa paligid ko, at sa lahat ng dako.

Ang mapanirang pagdududa ay katulad ng paralisis sa epekto nito. Hinahadlangan nito ang nakabubuo na pag-iisip at hinahadlangan ang lakas ng loob.

Ito ay nagsisilbing hadlang sa mga mabubuting gawa ng mas matataas na kapangyarihan at mga batas ng sansinukob, na pumipigil sa mga pagpapala ng Diyos na makarating sa kaluluwa. Nagdudulot din ito ng pagkabalisa at kawalan ng kakayahan.

Nilalabanan niya ang tagumpay at tinatanggi ang mga ideya dahil sa mga kapritso ng kamangmangan, pagtatangi, hindi patas na pagkiling, o hindi makontrol na mga emosyon at pagnanasa.

Ang espirituwal na muling pagsilang ay nangangahulugan ng pagpapalaya sa sarili mula sa kulungan ng kamangmangan at pagtakas sa mga limitasyon ng limitadong kamalayan

Ang buhay ng tao ay maaaring maging napakaganda minsan, ngunit ang pagiging nahumaling dito ay parang paglalagay ng isang ibon ng paraiso sa isang masikip na hawla. Kung bubuksan mo ang pinto ng hawla, maaaring mag-atubiling lumipad palabas ang ibon dahil nasanay na ito rito.

Ang magandang ibong ito ay natatakot at ayaw umalis sa hawla at bumalik sa walang limitasyong kalayaan kung saan ito nagmula, sa halip ay mas pinipiling manatili sa isang maliit at limitadong lugar na hindi naaayon sa kalikasan nito.

Kaya, ang kaluluwa ng tao ay nasasanay sa katawan at nagiging bilanggo nito, hindi

namamalayan na ito ay bahagi ng walang hanggang sansinukob at ang pag-iral nito sa lupa ay pansamantala lamang at kailangan itong bumalik sa kanyang tahanan sa langit.

At ang pagpapalaya ng likas na karunungan mula sa mga hadlang at limitasyon ng katawan ang tinatawag kong espirituwal na muling pagsilang.

Walang limitasyon sa kapangyarihan ng isip. Ituon ang iyong pansin sa ideyang ito at punuin ang iyong isip ng pagnanais na makamit at determinasyon na magtrabaho nang positibo patungo sa iyong mga layunin. Patuloy na itulak ang iyong mga iniisip tungo sa mas matataas na tagumpay. Kung makakamit mo ang espirituwal na kayamanan, lahat ng iba pang anyo ng kayamanan at kasaganaan ay nasa iyong pamamahala.

Kapag hindi matupad ng isang tao ang isang hangarin sa pamamagitan ng sarili niyang pagsisikap, bumabaling sila sa Diyos sa panalangin. Kaya, ang bawat pagsusumamo na binibigkas ay nagpapakita ng isang nakatagong pananabik sa loob. Ngunit sa pamamagitan ng paghahanap sa Diyos, lahat ng pagnanasa ay naglalaho at lahat ng mga hangarin ay natutupad.

Dapat gawin ng isang tao ang kanyang makakaya at maging obhetibo, walang kinikilingan, at malaya sa mga mahigpit na pagkakabit

Dapat din niyang bigyang-pansin ang mga pag-aaral (mga pangyayari at sitwasyon) na inihaharap sa kanya ng buhay dahil naglalaman ang mga ito ng mga aral na kailangan niyang matutunan.

Dapat ipakilala sa mundong ito ang mga marangal na pandaigdigang layunin, at dapat ipatupad ang mga mithiin na magtataas sa sangkatauhan sa mataas na antas, magpapadalisa sa mga kaisipan, magpipigil sa mga pagnanasa, at magpapahasa sa mga marangal na talento nito.

Ang mga ito ay maaaring isaaktibo sa pamamagitan ng espirituwal na halimbawa at mahusay na kurikulum, hindi sa pamamagitan ng brutal na puwersa at mapaminsalang mga digmaan. Mapanganib ang kapangyarihang pampolitika kung walang mga espirituwal na prinsipyo na kumokontrol at gagabay dito.

Kapag tinutukoy ko ang mga prinsipyong espirituwal, hindi ko tinutukoy ang mga partikular na doktrina, sekta, o paniniwala, kundi ang mga pangkalahatang batas: ang mga batas ng katuwiran at kabutihan na naaangkop sa lahat at nagdudulot sa kanila ng kabutihan, kagalingan, at kapayapaan.

Ang bawat tao'y nabubuhay sa ilalim ng puno ng kanilang mga hangarin, na siyang tumutupad sa lahat ng kanilang mga hangarin. Ang punong iyon ay ang lakas ng loob. Ang lakas ng loob ng tao, na isang repleksyon ng banal na kalooban, ay nagtataglay sa esensya nito ng kapangyarihang maisakatuparan ang mga inaasam at hangarin ng isang tao.

Ngunit sinumang hindi marunong kontrolin ang kanyang mga hangarin, pagnanasa, at pag-iisip ay dapat magpasalamat sa kanyang Panginoon nang libu-libong beses dahil ang kanyang mga hindi disiplinadong pag-iisip ay hindi agad natutupad, kung hindi, ang mga mababangis na pagnanasa ay awtomatikong magdudulot ng isang sagisag ng mga mandaragit at gutom na tigre na sisira sa

katahimikan ng kaluluwa, dudurog sa buto ng kaligayahan, at gagawing tigang na ilang ang oasis ng espirituwal na kapayapaan.

Dapat mag-ingat sa pag-iisip at patuloy na pag-iisip tungkol sa takot, pagkabigo, sakit, at kamangmangan, dahil baka ang mga negatibong kaisipang ito ay lumitaw na parang mga halimaw mula sa kadiliman ng hindi alam at lumikha ng malulubhang problema na mahirap harapin o kontrolin. Ang mga negatibong kaisipan ay walang maidudulot kundi pinsala sa indibidwal; samakatuwid, dapat itong palitan ng mga positibong kaisipan kung ang isang tao ay naghahangad ng kabutihan para sa sarili at sa iba.

Kapag napagtanto natin na ang mga kakayahang kailangan natin upang mag-isip, magsalita, makaramdam, o kumilos ay pawang nagmumula sa Diyos at Siya ay laging kasama natin, nagbibigay-inspirasyon at gumagabay sa atin, agad tayong napalaya mula sa kaguluhan.

Kasabay ng pagkaunawang ito ay dumarating ang mga kislap ng purong kagalakan, at kung minsan ang pagkatao ng isang tao ay nalubog sa isang malalim na kaliwanagan na agad na nagtataboy ng mga iniisip na takot.

Ang bawat salita, mabuti man o masama, ay nag-iiwan ng mga vibrations nito—mga bakas nito—sa katawan, utak, at enerhiya ng buhay ng pag-iisip sa anyo ng mga hilig at pagnanasa. Kaya, ang mga vibrations ng lahat ng pagsasalita ay nag-iiwan ng positibo o negatibong mga tendensiya sa isip. Ang isang taong nakapagpalaya sa kanilang sarili mula sa mga impulses na pilipitin ang katotohanan ay

nagtatatag sa loob ng kanilang sarili ng isang napakalaking lakas, upang hindi sila magsabi ng maling bagay at lahat ng kanilang mga salita ay magiging totoo.

O Panginoon, bigyan mo ako ng lakas upang magamit ko ang aking tinig upang maglingkod sa katotohanan sa pamamagitan ng pagsasalita ng matamis, kapaki-pakinabang, at nakagiginhawang mga salita.

Tugtugin Mo ang Iyong mga walang hanggang himig sa plauta ng aking buhay upang ako'y pagpalain ng mga daluyong ng Iyong mga banal na himig

**O kosmikong minamahal
Nakikita ko ang iyong mukha na nagniningning sa kumikinang na mga hiyas**

At nasilayan ko ang iyong pamumula sa mga talulot ng rosas

At naririnig ko ang iyong tinig sa huni ng mga ibon, at ako'y natutuwa

**At pangarap kong makilala ka sa bawat puso ko
Nalulula ako sa saya**

Paglalarawan ng mga Lumalampas

Kalayaan mula sa takot

Guro Paramhansa Yogananda

Lahat ng bagay sa sansinukob ay binubuo ng enerhiya o bibrasyon. Ang bibrasyon ng pagsasalita ay isang mas matinding manipestasyon o ekspresyon kaysa sa bibrasyon ng pag-iisip. Ang mga iniisip ng lahat ng tao ay umaagos sa eter. Dahil ang mga

iniisip ay may mataas na antas ng bibrasyon, hindi pa ang mga ito nabubunyag. Sa kabutihang palad, hindi natin alam ang mga iniisip ng lahat ng tao!

Sa pamamagitan ng pagpindot o pagpihit ng mga radio button (at sa iba pang paraan nitong mga nakaraang araw), makakarinig ka ng iba't ibang himig at tunog. Kung hindi dahil sa likas na kamalayan sa loob ng mga patong ng eter kung saan naglalakbay ang mga radio wave patungo sa iyong receiver, maririnig mo sana ang lahat ng tunog na nai-broadcast nang sabay-sabay.

Nilikha ng Diyos ang ether at binigyang-inspirasyon ang isip ng tao na lumikha ng mga paraan ng pagpapadala at pagtanggap ng mga vibration sa pamamagitan ng midyum na ito. Ang mga radio wave ay umaasa sa ether para sa kanilang paglaganap at sa kuryente para sa pagpapadala at pagtanggap. Ang mga vibrating radio wave na ito ay mga ideyang ipinapadala sa kalawakan patungo sa anumang resonant receiver.

Kapag malapit ka sa isang mahal sa buhay, nararamdaman mo ang kanilang mga iniisip, ngunit maaaring hindi mo maramdaman ang mga iniisip ng isang taong nasa malayo maliban kung mayroon kang mataas na antas ng pandama. Ang mga regular na nagsasagawa ng mga pamamaraan ng konsentrasyon at pagmumuni-muni ay nakakaranas ng malalim na katahimikan at ang kanilang mga iniisip ay nagiging mas pino bilang resulta ng pagsasanay na ito, na nagbibigay-daan sa kanila na madama ang mga iniisip at intensyon ng iba kahit na mula sa malayo!

Tayong lahat ay mga taong tagapaghatid at tagatanggap: natatanggap mo ang mga iniisip ng iba sa pamamagitan ng iyong puso, ang sentro ng damdamin, at ipinapadala mo ang iyong sariling mga

iniisip sa pamamagitan ng iyong espirituwal na mata, ang sentro ng pokus at kalooban. Ang iyong antena ay nasa utak, ang sentro ng mas mataas at intuitibong kamalayan. Isipin na malayo ka sa tahanan at gusto mong malaman kung ano ang nangyayari doon. Kung ang iyong mga pandama ay napakakalma at ang iyong isip ay tahimik, mararamdaman mo ang mga damdamin at iniisip ng iyong pamilya sa tahanan. Kapag mayroon kang mahusay na kapasidad para sa konsentrasyon, ang iyong mga iniisip ay maaaring tumagos kahit saan, at ang iyong mga pandama ay nagiging puno ng mahalagang enerhiya.

Ang distansya ay relatibo dahil ang enerhiya ay sumisiksik sa kalawakan. Ang distansya ay lumiliit kasabay ng pag-unlad ng mga teknolohiya sa komunikasyon. Isipin mong natutulog ka at nanaginip na lumipad papunta sa ibang bansa, pagkatapos ay sumakay ng tren papunta sa isang lungsod, at pagkatapos ay naglayag papunta sa isang isla, humihinto sa ilang daungan sa daan. Ang lahat ng ito ay nangyayari sa loob ng ilang minuto sa panaginip dahil walang mga distansya sa larangan ng pag-iisip.

Ang buong mundo at kalawakan ay umiiral bilang isang ideya, at doon nakasalalay ang kapangyarihan ng isip. Maaari kong ipikit ang aking mga mata at isipin ang mga bagay na libu-libong milya ang layo. Ang kalawakan at oras ay mga kathang-isip lamang. Ano ang pagkakaiba ng mainit na kape at malamig na ice cream sa isang panaginip? Kapag nagising ka, mapagtatanto mo na ang ice cream sa mundo ng panaginip ay isa lamang ideya, at ang mainit na kape ay isa ring ideya—parehong magkaibang ideya lamang. Ang isip ay nagtataglay ng walang hanggang kapangyarihan at kapangyarihang nakakaalam ng

lahat. Ang isip na tinutukoy ko ay ang isip ng Diyos. At kung paanong Siya ay nasa lahat ng dako sa pamamagitan ng pag-iisip, gayundin tayo.

Kapag sinusubukan mong makinig sa radyo, minsan ay nakakarinig ka ng static na kasabay ng broadcast. Gayundin, kapag sinusubukan mong makamit ang isang bagay na makabuluhan sa iyong buhay, nakakaranas ka ng isa pang uri ng panghihimasok na sumusubok na hadlangan at hadlangan ang iyong pag-unlad. Ang panghihimasok na iyon ay masasamang gawi.

Ang takot ay isa pang uri ng kaguluhan na nakakaapekto sa iyong pag-iisip. Tulad ng mabuti o masamang gawi, ang takot ay maaaring kapwa nakabubuo at nakapipinsala. Halimbawa, kapag sinabi ng isang asawang babae, "Magagalit ang aking asawa kung lalabas ako ngayong gabi, kaya hindi ako lalabas," siya ay nauudyukan ng isang nakabubuo at palakaibigang takot. May pagkakaiba sa pagitan ng palakaibigang takot at duwag na takot. Ang tinutukoy ko rito ay ang palakaibigang takot na nagpapaingat sa isang tao na huwag saktan ang iba nang hindi kinakailangan. Ang duwag na takot ay nagpaparalisa sa kalooban. Ang mga miyembro ng pamilya ay dapat lamang makaramdam ng palakaibigang takot at hindi dapat matakot na sabihin sa isa't isa ang katotohanan. Ang pagkilos dahil sa tungkulin, o pagsasakripisyo ng mga personal na hangarin sa paglilingkod at pagmamahal sa iba, ay mas mabuti kaysa sa paggawa nito dahil sa takot. Kahit na ang isang tao ay umiiwas sa paglabag sa mga banal na batas, dapat itong dahil sa pagmamahal sa Diyos, hindi sa takot sa parusa.

Ang takot ay nagmumula sa puso. Kung nakakaramdam ka ng takot tungkol sa isang sakit o

aksidente, dapat kang huminga nang malalim, mabagal, at regular nang ilang beses, habang nagrerelaks sa bawat pagbuga ng hangin, makakatulong ito na bumalik sa normal ang sirkulasyon ng iyong dugo. Kung ang iyong puso ay tunay na kalmado, hindi ka makakaramdam ng takot.

Nagising ang pagkabalisa sa puso dahil sa nararamdamang sakit. Kaya, nakikita natin na ang takot ay nakaugat sa mga nakaraang karanasan. Marahil ang isang tao ay nadapa at nabali ang kanyang binti noon, kaya natatakot silang ulitin ang parehong karanasan. Ang patuloy na pag-iisip sa mga ganitong masasakit na karanasan ay nagpaparalisa sa kanyang kalooban at nerbiyos, na maaaring humantong sa isa pang pagkahulog at pagkabali ng binti! Bukod dito, kapag ang puso ay naparalisa ng takot, ang sigla ng katawan ay bumababa sa pinakamababang antas nito, na nagpapahintulot sa mga mikrobyo ng sakit na sumalakay at makapinsala sa katawan.

Halos walang taong hindi natatakot sa sakit. Ang takot ay ibinigay sa mga tao bilang isang kasangkapang pang-ingat upang maiwasan ang sakit, hindi upang patuloy na palakihin o pag-isipan. Ang patuloy na pag-aalala sa takot ay humahadlang sa ating mga pagsisikap na maiwasan ang mga kahirapan at lutasin ang mga problemang kinakaharap natin. Ang maingat na takot ay batay sa karunungan, tulad ng pagsasaalang-alang, halimbawa, na ang isang partikular na pagkain ay hindi malusog sa kabila ng pagnanais na kainin ito. Ang takot sa sakit ay sumasalamain sa sakit. Ang mga tao ay nagdudulot ng sakit sa kanilang sarili sa pamamagitan lamang ng pag-iisip tungkol dito. Kung palagi kang natatakot na sipunin, mas madali kang

mahawa nito kahit anong gawin mo upang maiwasan ito. Huwag paralisahin ang iyong kalooban at nerbiyos ng takot. Kapag ang pagkabalisa ay kumakapit sa iyo nang labag sa iyong kalooban, nakakatulong kang lumikha ng mismong karanasang iyong kinatatakutan. Hindi rin matalino na makihalubilo—nang labis—sa mga patuloy na nag-uusap tungkol sa kanilang mga sakit at kahinaan. Ang pagtuon sa mga bagay na ito ay makakatulong sa pagtanim ng mga buto ng takot sa iyong isipan. Ang mga natatakot sa tuberculosis, kanser, o sakit sa puso ay dapat alisin ang takot na ito sa kanilang mga iniisip dahil baka madala nila ang mga hindi kanais-nais na kondisyong ito sa kanilang sarili. Para sa mga may sakit at matatanda, kailangan nila ng isang kaaya-aya at sumusuportang kapaligiran, na napapalibutan ng mga taong may malakas at positibong disposisyon, upang hikayatin at pasiglahin sila ng positibo. mga kaisipan at damdamin Ang kaisipan ay may malaking kapangyarihan Bihirang magkasakit ang mga kawani ng ospital dahil sa kanilang tiwala sa sarili; sa katunayan, ang kanilang matibay na kaisipan ay nagpapasigla sa kanila at nagbibigay sa kanila ng patuloy na pinagmumulan ng sigla.

Dahil dito, mas mabuting huwag sabihin sa iba ang iyong edad habang tumatanda ka. Sa sandaling malaman mo ito, makikita nila ang iyong edad na makikita sa iyong hitsura at iniuugnay ito sa humihinang kalusugan at sigla. Ang ideya ng pagtanda ay lumilikha ng pagkabalisa at inaalis ang buhay at enerhiya ng isang tao. Kaya, ilihim mo sa iyong sarili ang iyong edad. Dapat nating ipaalala sa ating sarili na tayo ay mga imortal na nilalang, na

tayo ay pinagpala ng mabuting kalusugan, at ang mundo ay puno ng kabutihan.

Samakatuwid, dapat mangibabaw ang pag-iingat kaysa sa takot. Dapat gawin ang mga hakbang sa pag-iwas, at dapat gawin ang lahat ng pagsisikap upang maalis ang mga sanhi ng sakit at mapalaya ang sarili mula sa takot. Napakarami ng mga mikrobyo sa lahat ng dako kaya kung ang mga tao ay matatakot sa mga ito, hindi nila masisiyahan sa buhay. Kahit na may lahat ng kinakailangang pag-iingat sa kalusugan, kung masusuri ng isang tao ang kanilang tahanan sa ilalim ng mikroskopyo, mawawalan sila ng gana at pagnanais na kumain.

Anuman ang iyong kinatatakutan, ilayo ang iyong mga iniisip dito. Ipaubaya ito sa Diyos at palakasin ang iyong tiwala sa Kanya. Karamihan sa mga pagdurusa ay karaniwang sanhi ng pagkabalisa. Bakit magdurusa kung hindi pa man dumarating ang sakit? Dahil ang karamihan sa mga sakit ng tao ay nagmumula sa takot, ang pag-alis sa takot ay agad na magpapalaya sa kanila, at ang paggaling ay agad na magaganap. Tuwing gabi, bago ka matulog, sabihin sa iyong sarili: "Ang Diyos ay sumasaakin, at sinumang may Diyos sa kanila ay walang dapat ikatakot." Palibutan ang iyong sarili sa isipan ng Espiritu ng Diyos at ng Kanyang mga kosmikong enerhiya, na naniniwala na ang anumang mikrobyo na umaatake sa iyo ay papatayin. Ang pag-uulit ng "O Diyos, ang Makapangyarihan sa lahat" o "O Panginoon, ang Katulong" nang may lubos na kumpiyansa ay poprotekta sa iyo, magpapalakas sa iyo, at magpaparamdam sa iyo ng komportable at malusog. Kung ikaw ay naaayon sa Diyos, ang Kanyang katotohanan ay dadaloy sa iyo, at malalaman mo na sa kaibuturan mo, ikaw ay isang

espiritung hindi naaapektuhan ng kahirapan at walang katapusan.

Tuwing nakakaramdam ka ng takot, ilagay ang iyong palad sa iyong puso, kuskusin ito mula kaliwa pakanan habang sinasabing: "O Panginoon, alisin mo sa akin ang takot na ito at palayain ang aking isip at mga iniisip mula sa anumang pagkagambala." Kung paanong may mga paraan upang maalis ang interference ng radyo, gayundin, kung palagi mong kuskusin ang iyong puso mula kaliwa pakanan, at kung palagi kang nakatuon sa ideya ng pag-aalis ng takot sa iyong puso, ang takot ay mawawala sa tulong ng Diyos, at mararamdaman mo ang banal na kagalakan na pumupuno sa iyong buong pagkatao.

Ang takot ay laging kasama ng tao, at ang pag-alis nito ay posible sa pamamagitan ng pag-iisip tungkol sa Diyos at pagdama sa Kanyang presensya.

Magtiwala sa Diyos at maging tunay sa lahat ng iyong ginagawa. Maraming tagatulad; huwag mong idagdag ang iyong pangalan sa kanilang mahabang listahan. Pagharian ang iyong ginagawa at gawin ito sa kakaibang paraan na hindi pa nagagawa ninuman. Bukas ang larangan para sa pagkamalikhain hangga't taos-puso ang pagnanais at naroon ang kalooban. Ang lahat ng kalikasan ay tumutugon sa iyo kapag ikaw ay naaayon sa Diyos.

Madalas inuuna ng mga tao ang kanilang mga sarili, ngunit dapat nating isipin ang iba at tulungan sila sa abot ng ating makakaya, na hinahangad ang kabutihan para sa kanila tulad ng ating naisin sa ating sarili. Kapag ginawa natin ito nang kusang-loob at buong puso, nadarama natin na lumalawak ang ating bilog ng habag at ang mga ugnayan ng pagmamahal sa pagitan natin at ng iba ay lumalalim at lumalakas.

Sa isang kapaligirang may populasyon na 1,000 katao, kung ang bawat isa ay kikiilos nang mapayapa, ang bawat tao ay magkakaroon ng 999 na kaibigan. Ngunit kung ang lahat sa kapaligirang iyon ay kikiilos na parang kaaway ng iba, ang bawat tao ay magkakaroon ng 999 na kaaway.

Ang pagsakop sa puso ng mga tao gamit ang kapangyarihan ng pag-ibig ang pinakadakilang tagumpay na makakamit ng sinuman sa buhay. Palaging sikaping isipin ang kabutihan ng iba, at matatagpuan mo ang buong mundo sa iyong paanan. Ito ang pinakadakilang tagumpay ng mga dakilang taong nabuhay at namatay para sa iba. Ang mga may napakalaking materyal na kapangyarihan na nabubuhay lamang para sa kanilang sarili ay mabilis na nababalot ng limot. Ngunit ang mga nabubuhay para sa iba ay nananatiling maaalala magpakailanman. Ang mga propeta ay walang mga tronong ginto noong kanilang paglalakbay sa lupa, ngunit nakaupo sila sa trono ng pag-ibig sa puso ng milyun-milyon. Iyon ang pinakamahusay na trono na maaaring sakupin ng sinumang tao.

May isang taong dumarating sa mundong ito na umiiyak habang ang lahat ay nagsasaya sa kanilang pagdating. Kailangan nilang magtrabaho at maglingkod sa itinakdang panahon ng kanilang buhay upang kapag dumating ang oras ng paglisan nila sa mundong ito, aalis sila nang nakangiti habang ang mundo ay nagluluksa para sa kanila.

Nilikha ng Diyos ang mundong ito upang magamit ng sangkatauhan ang talino nito upang makamit ang espirituwal na kaalaman at maunawaan ang banal na Kaisipan. Ang kaisipang ito ay isang makapangyarihang puwersa, at ang puwersang ito ay

dapat ito on sa tamang paraan upang makinabang ang sarili at ang iba.

Kung hindi tayo pinagkalooban ng Diyos ng pagmamahal sa pamamagitan ng pagtatanim ng Kanyang pagmamahal sa ating mga puso, hindi natin kailanman mararanasan ang pagmamahal ng tao. Dahil ang Diyos ay napakabukas-palad at mapagmahal sa atin, Siya ang dapat nating maging layunin at mithiin ng ating paghahanap. Ayaw Niyang ipilit ang Kanyang sarili sa atin, ngunit walang kaligayahan ang makakamit nang hindi Siya iniisip at nakikipag-ugnayan sa Kanya.

Ang mahiwagang paraan ng paggana ng katawan at isip, na siyang pinagkaiba sa atin ng Diyos mula sa lahat ng iba pang nilalang

Ang bawat iba pang kamangha-manghang bagay at himala sa buhay ay dapat maging sapat na motibasyon upang tayo ay maghangad na hanapin ito at matagpuan.

Sinumang magsikap nang taos-puso at tapat ay magtatagumpay sa kanyang pagsisikap at makakamit ang kanyang layunin

Nang tahakin ko ang landas na ito, ang aking buhay ay magulo at hindi organisado noong una, ngunit sa pamamagitan ng paulit-ulit na pagtatangka at patuloy na pagsisikap, ang mga ulap ay nagsimulang maglaho, at ang mga bagay ay naging malinaw sa isang kamangha-manghang paraan. Ang lahat ng nangyari sa akin ay hindi maikakailang patunay ng pagkakaroon ng Diyos at ang posibilidad na kumonekta at makilala Siya sa buhay na ito. O, ang katahimikan, ang kapayapaan ng isip, at ang panloob na katahimikan na nararanasan ng naghahanap kapag natagpuan ang Diyos! Ang mundo ay magiging maliwanag at nakangiti, ang lahat ay magiging tama,

at walang anumang makapagdudulot ng takot sa puso.

Ganito natin dapat harapin ang mga hamon at labanan ang laban ng buhay nang may katapangan at tibay ng loob na nararapat sa mga anak ng buhay at liwanag.

Pagtuklas sa mga kayamanan

Guro: Paramhansa Yogananda

Pagsasalin: Mahmoud Abbas Masoud

Mayroon bang puwersa sa sansinukob na may kakayahang magbunyag ng mga minahan ng kayamanan at kayamanan, at magbunyag ng mga kayamanang hindi isinaalang-alang at hindi natin pinangarap noon?

Mayroon bang anumang kapangyarihan sa sansinukob na maaari nating sanggunian at asahan sa paghahangad ng kalusugan, kaligayahan, at espirituwal na kaliwanagan?

Pinagtitibay ng mga naliwanagang guro ang pagkakaroon ng kapangyarihang ito at ipinakita ang bisa ng mga batas at prinsipyo ng katotohanan na gagana para sa sangkatauhan kung susubukan nito ang mga ito nang may bukas na isipan.

Ang tagumpay sa mundo ay hindi nakasalalay nang lubusan sa pagsasanay at kakayahang umangkop sa sarili, kundi pati na rin sa determinasyon na sulitin ang mga oportunidad na makukuha.

Ang mga oportunidad sa buhay ay hindi dumarating nang nagkataon; ang mga ito ay nilikha at nabuo. Nilikha ng mga tao ang lahat ng pagkakataong naging at magagamit nila (maging sa buhay na ito o sa malayong nakaraan, kabilang ang mga nakaraang buhay o pagkakatawang-tao). Dahil nilikha nila ang mga pagkakataong ito, dapat nilang

gamitin at makinabang mula sa mga ito nang lubusan at sa pinakamahasay na posibleng paraan.

Kung gagamitin natin ang lahat ng magagamit na panlabas na paraan at mapagkukunan, bukod pa sa ating likas na kakayahan, upang malampasan ang anumang balakid na maaaring humadlang sa ating daan, malilinang natin ang mga kapangyarihang ipinagkaloob sa atin ng Diyos: ang mga walang hanggang kapangyarihang nagmumula sa kaibuturan ng ating pagkatao. Taglay natin ang dalawang dakilang kapangyarihan: ang kapangyarihan ng talino at ang kapangyarihan ng kalooban, at dapat nating gamitin ang dalawang sagradong kaloob na ito nang lubos.

Ang tagumpay o pagkabigo ng isang tao ay nakasalalay sa uri at huwaran ng kanilang nakagawiang pag-iisip. Alin ang mas makapangyarihan sa buhay ng isang tao: ang mga iniisip tungkol sa tagumpay o ang mga iniisip tungkol sa pagkabigo? Kung ang pag-iisip ay negatibo sa halos lahat ng oras, ang paminsan-minsang positibong mga kaisipan ay hindi sapat upang makaakit ng tagumpay. Ngunit kung ang isang tao ay mag-iisip nang tapat, mahahanap nila ang kanilang hinahanap at makakamit ang kanilang layunin, kahit na pakiramdam nila ay napapaligiran sila ng kadiliman.

Ang bawat tao ay may pananagutan sa kanilang sarili. Walang ibang magbibigay ng sagot o magbabayad ng pananagutan para sa kanila sa Huling Araw.

Ang ating gawain sa mundo, kung saan tayo inilagay ng ating mga nakaraang aksyon, ay isang bagay na hindi kayang gawin ng iba. At ang ating gawain ay maituturing lamang na matagumpay kapag nagsisilbi ito sa ating kapwa tao sa anumang paraan.

Walang problemang dapat pag-isipan o balikan. Hayaang magpahinga muna ang mga bagay-bagay, at

maaaring malutas ang mga ito nang kusa. Gayunpaman, hindi dapat manatiling natutulog nang matagal na hindi na makakaunawa. Ang mga panahon ng pahinga ay dapat gamitin para sa mas malalim na pagninilay-nilay at upang maabot ang mapayapang mga abot-tanaw ng kaluluwa.

Kapag naaayon ka sa iyong sarili, makakapag-isip ka nang malinaw tungkol sa lahat ng iyong ginagawa. Kahit na magkalat ang iyong mga iniisip, magagawa mo pa ring tipunin ang mga ito at muling ituon ang pansin. Ang kakayahang makamit ang sagradong pagkakasundo na ito ay makakamit sa pamamagitan ng pagsisikap at pagsasanay.

Bukod sa positibong pag-iisip, ang lakas ng loob, pagsusumikap, at pagtitiyaga ay mahalaga para sa pagkamit ng tagumpay. Ang lahat ng panlabas na manipestasyon at penomena ay resulta ng lakas ng loob, ngunit ang kapangyarihang ito ay kadalasang hindi ginagamit nang may malay at makatwiran.

Mayroong awtomatikong kalooban tulad ng pagkakaroon ng may malay na kalooban, at ang puwersang nagtutulak sa likod ng lahat ng mga kilos ay ang matibay na determinasyon o lakas ng kalooban, na kung wala ito ay hindi makakalakad, makakapagsalita, makakagawa, makakapag-isip, o makakaramdam ang isang tao. Samakatuwid, ang lakas ng kalooban ang siyang puwersang nag-uudyok sa likod ng lahat ng mga kilos, at ang hindi paggamit ng aktibidad na ito ay nangangahulugan ng ganap na kawalan ng aktibidad at panghihina, kapwa sa pisikal at mental. Ginagamit ng mga tao ang lakas ng kalooban kahit na igalaw ang kanilang mga kamay, at imposibleng mabuhay nang hindi ginagamit ang kapangyarihang ito.

Ang awtomatikong lakas ng loob ay ang walang malay na paggamit ng lakas ng loob. Ang malay na lakas ng loob

ay isang mahalagang enerhiya na may kasamang determinasyon at pagsisikap; ito ay isang tagalikha ng lakas na dapat idirekta nang matalino at maalalahanin. Kapag sinasanay ng isang tao ang kanilang sarili na gumamit ng matalino at maalalahaning lakas ng loob, sa halip na walang malay, awtomatikong lakas ng loob, dapat din nilang tiyakin na ang kanilang lakas ng loob ay ginagamit sa isang kapaki-pakinabang at nakabubuo na paraan, hindi para sa mga mapaminsalang layunin o upang makakuha ng mga walang kabuluhan at walang silbi na mga bagay.

Upang malinang ang isang malakas at epektibong kalooban, dapat magplano at magpasiya na gawin ang mga bagay na dating inakala nilang imposible. Magsimula sa mas madaling mga gawain, at habang lumalaki ang iyong kumpiyansa, lakas, at determinasyon, unti-unting subukan ang mas mapaghamong at mas mahirap na mga gawain.

Una, dapat tiyakin ng isa na ang isang mabuti at marangal na layunin ay nakatakda, at sikaping makamit ito nang may buong lakas at kakayahan, nang may ganap na pagtanging sumuko o aminin ang kabiguan, anuman ang mga balakid na humahadlang.

Dapat gamitin ng isang tao ang kanyang buong kalooban upang makabisado ang isang gawain nang sabay-sabay at huwag mag-aksaya ng enerhiya o iwanang hindi natapos ang mga bagay bago magsimula sa isang bagong pakikipagsapalaran.

Sumainyo ang kapayapaan

Paano basahin ang moralidad ng ibang tao
Ang pag-aaral ng moralidad ng iba ay
nagpapalawak ng kamalayan ng isang tao sa mga

bagay na makakatulong sa kanila na mapabuti ang kanilang sariling pagkatao. Gayunpaman, ang negatibong pag-aaral ng moralidad ay salungat sa katotohanan at konsensya, at may mapaminsalang mga kahihinatnan.

Iniiwasan ng lahat ang "mga lihim na pulis ng moralidad" na ang tanging layunin ay ilantad at siraan ang iba. Marami sa mga nasisiyahan sa pagpuna sa iba ay hindi kayang tiisin ang kritisismo, kahit na maaaring taglay nila ang mismong mga kapintasan at pagkukulang na ikinalulungkot nilang makita sa iba, ayon sa kanilang "dalisay" na konsensya.

Ang pag-aaral ng karakter ay partikular na mahalaga dahil sa isang pangunahing dahilan: kailangan nating patuloy na obserbahan ang mabubuting katangian ng iba at linangin ang mga birtud na iyon sa ating sarili. Pinag-aaralan ko ang karakter kapag kailangan kong makitungo sa ilang mga tao. Ngunit ang aking pagpili ay nagmumula sa isang ganap na kakaibang pananaw. Minsan, hinahayaan kong makasama ko ang isang taong kilala kong hindi mabait, umaasang makikinabang sila. Kung tutugon sila sa aking espirituwal na patnubay para sa kanilang sariling kabutihan, magbabago sila para sa ikabubuti; kung hindi, ginawa ko na ang aking makakaya.

Para akong isang manggagamot na inilalantad ang sarili sa sakit upang matulungan ang pasyente. Sinusubukan ng lahat ng manggagamot ang panganib na ito dahil nais nilang maglingkod at tumulong. Totoo rin ito sa espirituwal na manggagamot. Inaako niya ang responsibilidad na suriin ang iba at ituro ang kanilang mga kahinaan at sakit upang matulungan silang mapabuti ang kanilang mga kaluluwa.

Sinabi ni Hesus, "Huwag kayong humatol, kung hindi ay hahatulan din kayo" (at sa Quran ay mababasa natin, "Katotohanan, ang ilang hinala ay isang kasalanan") Ito ay isang malinaw na pagkondena sa kritisismo na inudyukan ng masamang hangarin at pagnanais na saktan ang iba. Ang ganitong pag-uugali ay malupit at sumisira sa kapaligiran ng pagkakaibigan at pagmamahalan sa mga tao. Ang kritisismo ay walang silbi maliban kung ito ay iniaalok nang may tunay na pagmamahal at kapag ninanais ito ng ibang tao. Dapat lamang itong ibigay nang may layuning tulungan ang taong iyon. Ang mga natuto ng pagpipigil sa sarili ay may karapatang tumulong sa iba. Mula sa pananaw na ito, ang pag-aaral ng etika ay kapwa epektibo at kapaki-pakinabang.

Ang isang sangay ng pag-aaral ng karakter ay batay sa pisyognomiya. Sinasabing lahat ng kilalang katangian sa isang tao ay malinaw na makikita sa kanilang katawan. Ang pahayag na ito ay hindi maaaring gawing pangkalahatan dahil hindi lahat ng pisyolohikal na katangian o manipestasyon ay tumpak na humuhula sa sikolohikal na buhay.

Pinag-aralan ni Aristotle ang physiognomy bilang gabay sa pag-unawa sa karakter. Mas lumalim pa ang mga Indian master. Sinasabi nila na ang mga pangunahing ideya ng buhay ng tao ay nabubunyag sa mga mata. At bagama't ipinapakita ng mga mata ang mga pinakaloob na lihim ng kaluluwa—hindi lamang sa buhay na ito kundi pati na rin sa mga nakaraang pagkakatawang-tao—tanging ang isip ng isang naliwanagang master ang makakabasa at makakapagsuri ng mga pananaw na ito.

Minsan habang naglalakad ka sa kalsada at biglang may napansin kang kakaiba sa mga mata ng

isang dumadaan, at sasabihin mo sa sarili mo, "Hindi ako komportable sa taong iyon" o "Gusto ko ang taong iyon," depende sa sitwasyon.

Ang mga mata ang nagsasalaysay ng buong kwento. Ang takot, galit, inggit, kasakiman, pagkabukas-palad, pagmamahal, tapang, ispiritwalidad, at lahat ng mabuti at masamang katangian ay makikita sa mga mata. Kayang kontrolin ng mga lihim na ahente ang kanilang mga kalamnan sa mukha upang hindi maipakita ng kanilang mga ekspresyon ang kanilang mga intensyon. Ngunit hindi nila maitago o maalís ang hinala sa kanilang mga mata (kaya naman ang ilan ay nakasuot ng madilim na salamin!). Gayunpaman, ang mga mata ng yogi ay hindi gumagalaw dahil pinagninilayan niya ang mapayapa at payapang banal na espiritu.

Pinag-aralan ang bawat katangian ng mukha at katawan. Kahit ang mga kitang-kitang bukol sa ulo ay sinuri na rin. Ngunit hindi laging nasasabi ng pisikal na anyo ang buong kwento, at iba't ibang kultura ang bumubuo ng iba't ibang konklusyon mula sa kanilang mga obserbasyon at pag-aaral. Sinasabi ng ilan na ang mga taong sobra sa timbang ay mga naghahanap ng kasiyahan at ayaw magtrabaho, habang ang mga payat ay mas espirituwal.

Nag-aalala si Caesar kay Cassius, na itinuring niyang banta sa kanyang kapangyarihan. May ilang manunulat na nagteorya na ang mga payat na tao ay masyadong nag-iisip, kaya naman kulang sila sa laman. Gayunpaman, ipinapakita ng kasaysayan na ang parehong payat at napakataba na mga tao ay naging mabubuting pinuno.

Kung palagi kang sobra sa timbang ngayon, maraming beses ka nang sobra sa timbang noon (sa mga nakaraang bersyon) O kung patuloy kang payat,

ganoon ka na rin sa ilang nakaraang bersyon. Minana mo ang predisposisyon (na maging sobra sa timbang o payat) mula sa nakaraan. At kahit ano pa ang iyong kainin, ang kaisipang iyon ay nananatiling nangingibabaw at mas may kakayahang magpakita ng sarili.

Ang physiognomy, bilang isang agham na naglalayong bigyang-kahulugan ang kalikasan ng tao, ay isang tunay na agham kung isasaalang-alang natin na ang lahat ng mga kaisipang dumaan sa isipan ng isang tao sa kanilang maraming pagkakatawang-tao ay lumilitaw na nakikita sa kanilang katawan. Gayunpaman, nangangailangan ito ng matalas na intuwisyon ng isang naliwanagang gurong espirituwal upang lubos at tumpak na maunawaan ang mga katangian ng physiognomy sa taong iyon.

Halimbawa, si Socrates ay labis na pangit. Minsan ay nakilala niya ang isang mahusay na astrologo na nagsabi sa kanya: "Socrates, ikaw ang pinakamasama at pinakamasamang taong nakita ko." Galit na galit ang mga disipulo ni Socrates sa astrologo, ngunit sumagot ang kanilang guro: "Tama ka, ako ang lahat ng iyon noon, ngunit kahit na nalampasan ko na ngayon ang masasamang katangiang iyon gamit ang karunungan, ang mga bagay na ginawa ko ay nakatatak pa rin sa katawang ito, na nagpapamukha dito na kasuklam-suklam."

(Ito ay nagpapaalala sa atin ng paglitaw ng isa sa mga pinakatanyag na manunulat na Arabo sa buong panahon: si Abu Bahr al-Jahiz, na sinasabing tungkol sa kanya:)

Kung babaguhin man ang anyo ng baboy sa pangalawang pagkakataon, hindi pa rin ito gaanong pangit kumpara kay Al-Jahiz.

Isang taong kumikilos bilang kapalit ng impyerno mismo; siya ay parang alikabok sa bawat sulok (masdan)

Walang dalawang mukha ang magkapareho. Ang bawat mukha ay magkakaiba dahil sa mga katangiang naipakita sa buhay na ito at sa mga nakaraang buhay. Hindi lamang ito usapin ng paghatol sa mga tao kung mabuti o masama batay sa kanilang kasalukuyang anyo, kung kaaya-aya o hindi kaaya-aya. Si San Francisco ng Assisi ay hindi pisikal na kaakit-akit, habang ang kanyang disipulo, si Kapatid na Macedonio, ay isang guwapong lalaki. Ngunit si Macedonio ay hindi nagtataglay ng dakilang espirituwal na kagandahan na taglay ni San Francisco.

Ang isa pang sangay ng imbestigasyon na may kaugnayan sa physiognomy ay ang pathognomy: ang interpretasyon ng mga emosyon ng isang tao o ang paraan ng pagpapahayag nila ng kanilang mga emosyon sa pamamagitan ng mga kilos, ekspresyon ng mukha, at galaw ng katawan, at sa pamamagitan ng pag-aaral ng kanilang mga reaksiyon sa ilang partikular na pangyayari.

Ang mga damdamin at gawi ay nagpapahiwatig ng mga subhetibong katangian ng isang tao, ngunit karamihan sa mga tao ay nakabuo ng kakayahang itago ang kanilang tunay na nararamdaman dahil ayaw nilang ibunyag ang kanilang sarili sa iba.

Dalawang asawang lalaki ang nakarinig ng balita na ang kanilang mga asawa ay magkasamang nalunod. Ang isa ay nagpakita ng matinding kalungkutan, habang ang isa ay nanatiling tahimik. Gayunpaman, ang isa na lantaran na nagpahayag ng kalungkutan ay mas mababa ang pagmamahal sa kanyang asawa kaysa sa asawang lalaki na hindi

nagpakita ng anumang pagkabalisa sa pamamagitan ng kanyang mga ekspresyon sa mukha. Kaya, ang pathogenesis—ang pag-unawa sa mga tunay na emosyon at reaksiyon—ay isang napakalalim na larangan ng pag-aaral.

Mas tumpak at maaasahan ang pagsusuri sa mga tao batay sa kanilang mga emosyon at pisikal na anyo. Pinagsasama ko ang dalawang pamamaraan para sa pinakatumpak at maaasahang pagsusuri. Lahat ng lumalapit sa akin para sa pagsasanay ay inilalagay sa mga partikular na sitwasyon upang makita kung paano tumutugon ang kanilang mga isip at emosyon. Kung negatibo ang kanilang tugon, sinusubukan kong itama ang mga ito. Ngunit ginagawa ko lamang ito kung hihingi ang tao ng aking payo at bibigyan ako ng awtoridad at pahintulot na gabayan sila.

Ang ilang mga tao ay nahuhumaling sa emosyon sa kaunting dahilan. Ang mga musikero sa Kanluran ay karaniwang napaka-emosyonal, at karamihan sa musikang Kanluranin ay emosyonal dahil umiikot ito sa mga kwento ng pag-ibig ng tao. Sa India, ang musika ay nakasentro sa konsepto ng Diyos, at ito ang sikreto sa kakayahan nitong pakalmahin ang mga unos ng emosyon at magdulot ng malalim na espirituwal na kapayapaan. Hindi ito nangangahulugan na lahat ng musikero sa Kanluran ay emosyonal o lahat ng musikero sa India ay espirituwal, bagama't malamang na sila ay espirituwal. Ang salitang Sanskrit para sa musikero ay nangangahulugang "tagapagpuri ng Diyos"

Kapag nakikitungo sa mga taong emosyonal, bihira kang umasa sa kanila o magtiwala sa kanilang katatagan. Ngayon, kasama mo sila, at bukas ay iiwan ka nila o tatalikod sa iyo. Nakakita na ako ng mga

taong pumupunta sa ermitanyo at sa loob ng ilang araw ay sinusubukang kumbinsihin ka sa kanilang huwarang debosyon, ngunit pagkaraan ng maikling panahon ay wala na sila at hindi mo na sila muling makikita.

Wala nang mas sasakit pa sa akin kaysa sa pagkasira ng isang pagkakaibigan at ang paglabag sa kabanalan nito. Kapag ibinigay ko ang aking pagkakaibigan sa isang tao, hindi ko na ito kailanman babawiin.

Madaling makilala ang pagkakaiba sa pagitan ng mekanikal at nag-iisip na uri ng tao. Ang una ay gustong kumilos, habang ang huli ay gustong mag-isip at magnilay-nilay. Parehong kailangan ang mga mekanikal na uri. Ang mga mekanikal na uri ay gustong kumilos kaagad at samakatuwid ay nangangailangan ng isang taong gagabay sa kanila sa pagtutuon ng kanilang enerhiya sa mga gawaing nagpapayaman sa espirituwal. Upang matulungan ang parehong uri na makamit ang isang maayos na balanse, ipinapayo ko sa mekanikal na uri na magnilay-nilay at mag-isip nang higit pa, at ipinapayo ko sa nag-iisip na magnilay-nilay at kumilos nang higit pa.

Ang mga adik sa masasamang gawi tulad ng labis na pagkain, paninigarilyo, at pag-inom ng alak ay dapat tratuhin nang may pag-iingat, dahil ang pagpigil sa kanila na matupad ang kanilang mga pagnanasa ay nagdudulot lamang ng galit. Kung aalisin mo ang pagkain sa isang matakaw, siya ay maghihinanakit. Walang saysay na subukang tulungan ang mga aliping ito na matauhan maliban kung magpapakita sila ng tunay na pagnanais na umunlad.

Makikilala ng mga may balanseng pangkaisipan ang Diyos, ang Panginoon ng Sansinukob, na nakaupo sa trono ng balanseng pangkaisipan. At sa pamamagitan ng balanseng ito, ang sangkatauhan ay nagtatamasa ng perpektong kapayapaan.

Ayon sa pilosopiyang Indian, ang bawat tao ay pinangungunahan ng isa sa tatlong pangunahing katangian:

Satwa: Ito ay katangian ng mga taong espirituwal na kumakain ng angkop na pagkain nang matalino, nagpapaunlad ng mabubuting gawi, at nagmamahal sa Diyos

Rajas: Ito ay katangian ng mga taong patuloy na aktibo, na patuloy na nagtatrabaho hanggang kamatayan

Tamas: Ito ay katangian ng mga taong pinupuno ang kanilang buhay ng pagtatalo, galit, inggit, pagpapakasasa sa mga kalayawan, panghihina, at paglikha ng kalituhan at kaguluhan sa mga tao.

Anumang ugali na humahadlang sa espirituwal na pag-unlad ay dapat malampasan, at ang naghahanap ay dapat maging panginoon sa kanilang mga iniisip at kilos. lilan lamang ang tunay na nakakaalam kung saan nakasalalay ang kanilang kabutihan.

Gamit ang sumusunod na pamamaraan, maaari mong husgahan ang sinumang tao. Siyamnapu't siyam na porsyento ng lahat ng tao ang bumabagsak sa pagsusulit na ito: hilingin sa kahit sino na gumawa ng isang bagay—para sa kanilang sariling kabutihan—at gagawin nila ang eksaktong kabaligtaran. Bakit? Dahil wala silang lakas na labanan ang kanilang mga pagnanasa. Ang kanilang mga makamundong gawi ay malalim ang pagkakaugat at makapangyarihan. Kadalasan, hindi ginagawa ng mga tao ang iyong iminumungkahi—kahit na alam nilang para sa

kanilang sariling kabutihan—upang patunayan na hindi mo sila maimpluwensyahan. Ang mga nagnanais na mapabuti ang kanilang sarili ay dapat makisama sa mga taong mapagpigil sa sarili at mahinahon.

Subukang kumonekta sa mga may mataas na espirituwal na katayuan, at makikinabang ka nang malaki. Ang mahihina ay dapat makisama sa malalakas, kahit na sa pinakamalakas! Ang isang wrestler ay lumalakas lamang sa pamamagitan ng pakikipagbuno sa isang taong mas malakas kaysa sa kanya.

May nagsasabi na ang babae ay kasing tuso ng pusa, ngunit ang lalaki ay maaari ring maging kasing tuso ng soro. Kinakain ng pusa ang alagang kanaryo at pagkatapos ay nakaupong parang isang nagmumuni-muni na yogi o isang kagalang-galang na matanda, nagkukunwaring inosente sa kasuklam-suklam na gawaing iyon.

May mga taong nasisiyahan sa pagsira ng kapayapaan at kaligayahan ng iba. Ang kanilang layunin ay manggulo at mang-inis, at kumikilos sila na parang mga mandaragit na lobo, pagala-gala sa lipunan upang maghanap ng mga away at away, hindi nakakatagpo ng kapayapaan hangga't hindi nila nagugulo ang katahimikan at lumilikha ng isang tensiyonado na kapaligiran.

May mga taong inihalintulad sa mga jay, na laging nagdadadaldal. Sinasabing ang tao ang unang nilikha, at pagkatapos ay kinuha ng diyos na si Tuashtari ang lambot ng buwan, ang lambot ng lambot mula sa dibdib ng gansa, ang kasariwaan ng mga bulaklak, at ang huni ng mga jay, at pinagsama ang mga ito upang lumikha ng babae. Hindi maipaliwanag ang tuwa ng lalaki. Ngunit pagkaraan ng ilang sandali, pumunta siya kay Tuashtari at sinabing,

"Napakagandang nilalang! Pinahahalagahan ko talaga siya, ngunit walang tigil siyang magsalita at ginawa niyang miserable ang aking buhay. Pakiusap, panginoon ko, ibalik mo siya." Pagkalipas ng dalawang buwan, bumalik ang lalaki kay Tuashtari at sinabing, "Labis akong nalulungkot. Pakiusap ibalik mo sa akin ang babae." Pagkatapos, pagkaraan ng ilang sandali, bumalik siya at sinabing, "Kunin mo siya sa akin." Ngunit sa pagkakataong ito, sumagot si Tuashtari, "Ayoko! Kailangan mo siyang panatilihin!"

Kawawang lalaki! Hindi niya kayang mabuhay kasama ang babae, pero hindi rin niya kayang mabuhay nang wala ito!

Maaari ring magreklamo ang mga babae tungkol sa mga lalaki. Maliban kung ang mga lalaki at babae ay magkaintindihan sa kalikasan ng isa't isa, hindi nila namamalayan at hangal na pahihirapan ang isa't isa. Pantay-pantay sila sa paningin ng Diyos. Walang lalaking ipinapanganak na walang babae, ni babae na walang lalaki. Tungkulin ng dalawa na lumikha ng balanse sa pagitan ng kanilang panlabas at panloob na mga katangian. Ang mga lalaki ay mas ginagabayan ng katwiran kaysa sa emosyon, habang ang mga babae ay mas hinihimok ng emosyon kaysa sa katwiran. Dapat silang magsikap na makamit ang sikolohikal na balanse sa pagitan ng katwiran at emosyon upang maging mahusay at kumpletong mga indibidwal.

May mga tao—patawarin nawa ako ng Diyos sa pagsasabi nito—na kumikilos na parang mga asno. Sa kabila ng kanilang malaki at matagal na pagdurusa mula sa mga bunga ng malibog na pagkaalipin, matigas ang ulo at patuloy pa rin silang nagpapakain sa kanilang masasamang gawi. Tila mayroon silang napakahinang mga alaala. Mabilis nilang

nakakalimutan ang masasakit na resulta ng kanilang kahalayan at walang natututunan mula sa kanilang mga karanasan. Sa bagay na ito, para silang mga baka, o mas malala pa!

Sa kalikasan, ang lahat ng uri ng hayop ay kumakatawan sa bawat emosyon at katangian Ngunit ang sangkatauhan ay nagtataglay ng lahat ng ito sa loob mismo ng isang tao. Ang isang tao ay maaaring kumilos tulad ng isang ahas, lobo, soro, o leon. Sa loob natin ay naroon ang pinagmumulan ng impiyerno o ang bukal ng langit. Dapat nating matutunan na lalong maipakita ang mga katangiang mala-anghel at marangal na katangian sa ating mga iniisip, salita, at gawa.

Bagama't posibleng pag-aralan ang karakter sa pamamagitan ng pagsusuri ng mga mata, emosyon, at pisikal na katangian, gaya ng aming ipinaliwanag, ang pinakadakila, pinakadakila, at pinakatumpak na paraan ay ang pag-aralan ang karakter sa tulong ng panloob na paningin o intuwisyon. Kung ang iyong damdamin at isipan ay mananatiling kalmado, mararamdaman mo ang kalikasan ng bawat taong iyong nakakasalamuha o nakakasalamuha sa iba't ibang paraan, at ang iyong damdamin ay magiging intuwisyon at makatotohanan, at walang sinuman ang makakapanlinlang o makakapanlinlang sa iyo.

Ang aking tungkulin ay tanggapin ang lahat ng uri ng tao para sa pagsasanay at tulong. Hindi patas na limitahan ang potensyal ng isang tao sa iisang aspeto lamang at suriin sila mula sa iisang pananaw. Ngunit kung magbabago man o mananatiling pareho ang taong iyon, ang pananaw ay magsasabi sa iyo ng higit pa sa simpleng pagmamasid sa kanilang mga mata, emosyon, o ekspresyon ng mukha, anuman ang kanilang kalikasan. Ang pananaw ang pinakadakilang

kapangyarihang mag-analisa. Kung paanong ang isang salamin ay sumasalamin sa kung ano ang nasa harap nito, gayundin, kapag ang iyong isip ay naging parang salamin, makikita mo ang tunay na katangian ng iba na makikita sa salamin ng iyong kaluluwa.

Kung magsisikap kang tumulong sa iba, magnilay-nilay, at mananatiling kalmado, ang tunay na pagkatao ng bawat isa na lumalapit o nakikipag-usap sa iyo ay magiging malinaw at malinis. Sumaiyo nawa ang kapayapaan.

Mga perlas mula sa dagat ng pangkalahatang karunungan

Dapat linangin ang panloob na katahimikan upang
maalis ang nerbiyos

Ang isang taong may likas na kahinahunan ay nagpapanatili ng kanyang balanse at nananatiling payapa sa anumang sitwasyon. Hindi rin niya hinahayaang kontrolin sila ng mga emosyon at humantong sa kanila sa paggawa ng .mga maling desisyon

Hindi siya nalilinlang ng mabulaklak at matatamis na pananalita na ginagamit ng mga oportunistang para makakuha .ng di-nararapat na mga benepisyo

Dahil sa kanyang likas na kahinahunan, bihira siyang malinlang o malinlang. Sa katunayan, ipinapakita ng kanyang puso ang tunay na katangian ng mga taong kanyang kinakausap at inilalantad ang kanilang mga .intensyon nang may kahanga-hangang katumpakan
Hindi niya nilalason ang mga tisyu ng kanyang katawan gamit ang galit at takot, na may negatibong epekto sa .sirkulasyon ng kanyang dugo

Napatunayang katotohanan na ang gatas ng ina na ginawa ng isang galit na ina ay maaaring magkaroon ng mapaminsalang epekto sa kanyang anak. Maraming

ebidensya na ang matinding emosyon ay may
.kapangyarihang makapinsala at sumira sa katawan
Maganda ang balanse at dapat itong maging pundasyon
ng ating mga damdamin, kaisipan, at kilos, at ang aksis kung
.saan umiikot ang ating buhay

* * *

Dahil ang isip ang utak, ang mga pandama, at ang
persepsyon ng lahat ng nabubuhay na selula, maaari nitong
panatilihin aktibo at alerto ang katawan ng tao o matamlay
.at nalulumbay

Ang katwiran ang hari, at lahat ng nasasakupang selula
ay kumikilos nang eksakto ayon sa kalooban ng naghaharing
.amo

Kung paano natin pinapahalagahan ang nutritional value
ng ating pang-araw-araw na pagkain, dapat din nating
bigyang-pansin ang mga sikolohikal na sustansya na
.ibinibigay natin sa ating isipan araw-araw

* * *

Ang mga pandemya, sakuna, at marahas na pagbabago
na nangyayari sa kalikasan at nagdudulot ng pagkawasak,
"pagkawasak, at malawakang pinsala ay hindi "banal na utos
Ang mga sakunang ito ay sanhi ng mga iniisip at kilos
ng tao. Saanman nasira ang balanse ng mabuti at masama
sa mundo dahil sa akumulasyon ng mga mapaminsalang
alon at mga pangininginig dahil sa masasamang intensyon at
maling kilos ng tao, nananaig ang kaguluhan at nagaganap
.ang malawakang pagkawasak

Ang mundo ay patuloy na magdurusa mula sa mga
digmaan, sakuna, at trahedya hanggang sa maitama ng
sangkatauhan ang mga maling pag-iisip at kilos nito. Ang
mga digmaan ay hindi nangyayari bilang utos ng Diyos,
kundi dahil sa laganap na materyal na pagkamakasarili.

Kung aalisin ng mga tao ang indibidwal, industriyal,
pampulitika, espirituwal, at pambansang pagkamakasarili,
.ang mga digmaan ay titigil

Kapag ang materyal na espiritu ang sumasakop sa kamalayan ng tao at nangingibabaw sa pag-iisip, naglalabas ito ng malinaw na negatibong radyasyon. Ang pinagsamang puwersa ng mga negatibong vibration na ito ay lubhang nakakasira sa balanseng elektrikal ng kalikasan, na .nagdudulot ng mga lindol, baha, at iba pang mga sakuna Hindi mananagot ang Diyos para dito. Dapat kontrolin ang mga ideya ng tao bago maging posible ang pagkontrol .sa kalikasan

* * *

Ang mga kaisipan at salita na may espirituwal na katangian ay mahahalagang hiyas na nagniningning ng walang hanggang karunungan at banal na pag-ibig Ang bawat pinong pagpapahayag ng kaluluwa ay parang bato ng pilosopo na nagbabago sa murang metal ng ordinaryong kamalayan tungo sa ginto ng pagiging malapit .sa Diyos at sa pakiramdam ng Kanyang presensya Panahon na para gisingin ng tao ang kanyang kamalayan mula sa pagkakatulog ng pagkalimot tungo sa paggising ng diwa Hinihiling namin sa Iyo, Panginoon, na itaas ang aming kamalayan mula sa kaibuturan ng kamangmangan at makitid at limitadong mga kaisipan patungo sa mga abotanaw ng kapayapaan, liwanag, pag-ibig, at pangkalahatang .habag ng tao

* * *

:Para makamit ang tagumpay Una, tukuyin ang iyong layunin at hilingin sa Diyos na bigyan ka ng inspirasyon na tahakin ang tamang landas na hahantong sa pagkamit ng layuning iyon, at pagnilayan Pagkatapos ay kumilos ayon sa panloob na gabay na .iyong natatanggap at mararating mo ang iyong layunin Kapag kalmado ang isip, ang mga bagay ay magiging mas malinaw at mas maayos, at ang tagumpay ay mas mabilis na makakamit dahil ang paggana ng puwersang

kosmiko ay mapapatunayan sa pamamagitan ng paglalapat
.ng tamang batas

* * *

Dapat maging magalang at may taktika ang pakikitungo
sa mga tao. Hindi ito pagkukunwari, kundi paggalang sa
.damdamin ng iba

Ang tao ay hindi isang bato, kundi isang nag-iisip at may
malay na nilalang, at ang mga tao ay hindi dapat ituring na
.parang mga batong walang buhay

Ang taong laging abala sa mga gawain ng iba ay
nagiging sanhi ng problema

Kung ang sasabihin mo ay magkakaroon ng positibong
resulta, at kung tatanggapin ito ng kausap, sabihin mo ito
nang direktso. Gayunpaman, kung minsan ay ayaw itong
marinig ng taong sasabihin mo at gagawin ang eksaktong
.kabaligtaran ng gusto mong gawin nila

Kapag ang isang tao ay nakakasundo ng iba, siya ay
nagiging parang isang mabangong rosas

Kapag nadaan ka sa isang hardin ng mga rosas, minsan
ay naaamoy mo ang halimuyak ng mga rosas, hasmin, o
gardenia, at masasabi mong, "Wow! Ang sarap ng mga
"!amoy na ito

At gayundin sa mabubuting kaluluwa, sa sandaling
makapasok ka sa kanilang kaharian, ang halimuyak ng
kanilang buhay ay bumabalot sa iyo. Ito ay isang halimuyak
na nagpapaangat sa kaluluwa at nagpapataas ng antas ng
.kamalayan nito

Kung mapapadaan ka malapit sa mabahong amoy, hindi
.mo gugustuhing manatili sa lugar na iyon

Kapag may nakilala kang taong mainitin ang ulo,
palaaway, agresibo, at mahilig makipagtalo, ayaw mo siyang
makasama dahil sa hindi kanais-nais na amoy na inilalabas
.niya

* * *

Karamihan sa mga tao ay hindi sinusubukang intindiin

ang buhay

Nabubuhay sila nang mekanikal at walang layunin at
iniwan ang mundong ito nang walang malay kapag natapos
.na ang kanilang buhay sa lupa

Hindi tayo dapat mamuhay nang ganito, tulad ng mga
makinang awtomatikong gumagana, bagkus dapat nating
.hanapin ang layunin at makamit ang mithiin ng buhay
Parehong bata at matanda ay kailangang magsumikap
upang mabuhay. Marami ang nagdadahilan sa kanilang sarili
dahil sa hindi paghahanap ng mga walang hanggang
katotohanan, na nagsasabing, "Imposible para sa atin na
ipagkasundo ang ating mga kilos sa mga mithiing iyon."
Ngunit hindi sila nahihirapang kumain at mag-isip tungkol sa
.kanilang pang-araw-araw na gawain

Sa pagsusuri, matutuklasan natin na ang kalikasan ng
bawat tao ay may tatlong aspeto: pisikal, mental, at
espirituwal. Ginugugol ng mga tao ang kanilang buhay sa
pagtiyak ng mga materyal na pangangailangan sa buhay at
wala nang iba pa, ngunit ang kapakanan ng tao ay
nakasalalay din sa pagtupad sa kanilang mga
.pangangailangang intelektwal at espirituwal

Kaya naman, dapat nating pasimplehin ang ating mga
buhay at mamuhay nang masaya, mapayapa, at mahinahon,
at suriin at bawasan ang ating mga pangangailangan at
alamin ang tama at lehitimong paraan upang matugunan
ang mga pangangailangang iyon nang hindi lumilikha ng
mas maraming hindi kinakailangang mga pagnanasa, dahil
.maraming pagnanasa ang lumilikha ng maraming problema

* * *

Ang mga kadena ng pagpipigil at ang mga susi sa
kalayaan ay pawang nasa mga katakumba ng isipan

* * *

O Panginoon, papasok ako sa paraiso ng Iyong
presensya na may pusong puno ng pagmamahal at
umaapaw sa pananabik

Narito ang aking nag-aalab na pananabik na
nagbubukas ng mga pinto ng aking kaluluwa at pinupuno
ako ng malaking kaligayahan na makita ang iyong
nagniningning na banal na liwanag

* * *

Bilang pangkalahatang tuntunin, ayoko ng pagbibigay
ng mga utos, dahil sa sandaling utusan mo ang isang tao na
huwag gawin ang isang bagay, iginigiit ng taong iyon na
.gawin ito

Kaya naman, iminumungkahi ko na ang isang tao ay
dapat lamang mag-utos o magbawal sa kanyang sarili. Ang
ipinagbabawal na prutas ay matamis sa simula, ngunit ang
lasa nito ay mapait sa huli. Kaya naman, dapat maging
maingat at huwag hayaang nakawin ng sinuman ang
.kalayaan at kaligayahan ng isang tao

* * *

Naaalala tayo ng Diyos kahit hindi natin Siya maalala.
Kung kalilimutan Niya ang paglikha kahit isang sandali, lahat
.ay mabubura sa mundo
Sino pa ba ang maaaring magpalutang sa Daigdig na ito
sa kalawakan maliban sa Diyos? At sino pa ang maaaring
magpatubo ng mga puno at magpamulaklak ng mga
?bulaklak

Oo, ang Diyos ang siyang tumitibok ng ating mga puso.
Siya ang tumutunaw ng ating pagkain at nagpapanibago ng
mga selula ng ating katawan araw-araw. Ngunit kakaunti
ang nakakaalala sa Kanya at nagpapasalamat sa Kanya nang
!nararapat

* * *

Sa likod ng itaas na atmospera
Sa likod ng mga sinag ng araw at ng pulso ng mga
selula

Sa likod ng mga tibok ng puso at mga bulong na iniisip
Sa likod ng mga kaisipang aking ipinapanalangin
Sa likod ng mga alon ng aking pananabik
At sa likod ng pagpigil ng materyal
Ikaw ay umiiral, O Ganap na Walang Hanggan
Hinahanap-hanap ka ng kaluluwa ko
Hindi ka lang nasa pinakamalayong abot ng mga bituin
Bagkus, ito ay sa pagtibok ng aking damdamin
Nagniningning siya sa aking mga iniisip
Pinatatalas nito ang aking kalooban nang may
determinasyon at sigla
Ramdam ko ang iyong pinagpalang haplos
At ako'y natutuwa sa iyong presensya sa kaibuturan ng
aking kaluluwa

* * *

Ang mga tanawin ng bundok na ipininta sa asul na
kurtina
Ang nakakagulat na mekanismo ng katawan ng tao
At ang mga magagandang bulaklak na nabuo
At ang kadakilaan ng mabubuting kaluluwa
At ang kadakilaan ng matatayog na ideya
At ang lalim ng pag-ibig
Lahat sila ay nagpapaalala sa atin ng kahanga-hangang
Lumikha
At napakaganda

* * *

Ang pag-ibig ay ang ginintuang gusali
Itinayo ng Hari ng Walang Hanggan
Para sa buong pamilya ng kosmiko
Ang pag-ibig ay isang nakatagong apoy
Natunaw sa utos ng Diyos
Kagaspangan mula sa sansinukob
At ito ay nagiging isang di-nakikitang sangkap
Mula sa walang hanggang pag-ibig

Ang pag-ibig ay parang ilog na umaagos nang walang
tigil o tigil

Sa lupain ng mga mapagpakumbaba at tapat na
kaluluwa

Ngunit binabalot nito ang sarili sa mga tumitigas na
bato ng mga kaluluwa

Nang may kayabangan, pagkamakasarili, at
pagmamataas

Dahil hindi niya ito malalampasan

At tumatawid dito

* * *

Ang mga nakakakilala sa Diyos ay walang pagnanasa

Para mailagay ang sarili sa puso ng iba

O mukhang magagaling sila

Dahil ang tanging hangad nila ay gisingin ang

espirituwal na kamalayan

Sa kaluluwa ng mga taong nagnanais

At ang kanilang inspirasyon ay ang mahalin ang Diyos at

bumaling sa Kanya

* * *

Noong unang panahon, may isang lalaking pipi na

kumakain ng pulot-pukyutan, at may nagtanong sa kanya

.tungkol sa lasa ng pulot-pukyutan

Bagama't hindi makapagsalita ang pipi, gumawa siya ng

mga galaw na nagpaunawa sa nagtatanong na matamis ang

.lasa ng pulot-pukyutan

Gayundin, kapag ang isip ay pumasok sa isang estado

ng mas mataas na kamalayan at nahawakan ang walang

hanggang kabuuan ng presensya, alam nito na ito ay

nakikipag-ugnayan sa Diyos at ang karanasan ay matamis,

ngunit imposibleng ipahayag sa mga salita ang estado ng

.koneksyon na iyon na hindi mailalarawan

Bagama't totoo ang sakit para sa isang tao, hindi niya

maiparamdam ang sakit sa iba upang maramdaman din nila

.ito nang eksakto tulad ng nararamdaman niya

Ito ay naaangkop sa mas mataas na espirituwal na
pananaw. Ito ay isang bagay na hindi maipahayag ng
sinuman sa mga salita
Ang kaalaman tungkol sa Diyos ay makakamit lamang
sa pamamagitan ng direktang personal na karanasan

* * *

Mula sa puso ng buwang-liwayway, pumitas ako ng mga
bulaklak ng liwanag bilang handog sa iyo
At sinindiha mo ang mga lampara ng pagbabantay sa
santuwaryo ng umaga
Ang taong puno ng espirituwal na katahimikan
At nakita ko ang iyong pinagpalang mukha
Sumilip ito mula sa likod ng mga anino
Ang minamahal na mukha na dating nakatitig sa akin at
hanggang ngayon ay nakatingin pa rin sa akin
Nang may kabaitan at habag sa lahat ng panahon
Hindi ko na sisisihin ang tadhana
Ang kadilimang pumigil sa iyo sa akin ay gawa ko
mismo

Ngayon sa salamin ng iyong dalisay na kagalakan
Nakikita ko ang aking sarili at alam kong ang aking diwa
ay walang katapusang kagalakan
Ibinubuhos ko ang aking pag-ibig sa santuwaryo ng
iyong kawalang-hanggan
At itinataas ko sa iyo ang mga himno ng aking kaluluwa
na nananabik sa iyo
At ipinagkakatiwala ko sa iyo ang pinakamalalim na
damdamin ng aking puso
Dahil sa matinding pagmamahal at patuloy na
pananabik

* * *

Mapalad ang mga pinupuna ng iba dahil sa paggawa ng
mabubuting gawa, sapagkat ang paraiso ng walang
hanggang kaligayahan ay naghihintay sa mga nabubuhay at
namamatay nang may kadakilaan at dignidad

Sa aba ng mga taong, dahil sa pagkamakasarili,
oportunismo, inggit, at poot, ay nagtatangkang saktan ang
mga aktibong gumagawa ng mabuti
Ang pangungutya, sarkasmo, tsismis, paghihiganti,
pagtatangi, at pagsisinungaling ay mga nakalalasong sibat
ng kasamaan na tumatama sa kanilang may-ari at
.nagdudulot sa kanya ng pinakamalaking pinsala

* * *

Ang mga pandama, na nagmumula sa kamalayan at
enerhiyang nagmumula sa Diyos, ay nagpapakita sa atin ng
mundo at naglalarawan sa kaluluwa bilang isang hiwalay na
entidad mula sa pinagmulan nito at mula sa iba pang nilikha
Ikinulong ng pisikal na katawan ang kaluluwa, na isang
repleksyon ng unibersal na espiritu. Dahil sa labis na
pagkalimot, hindi na naaalala ng kaluluwa ang banal nitong
diwa kundi itinuturing ang pisikal nitong katawan bilang
tunay nitong sarili. Samakatuwid, tinatanggap nito ang lahat
ng mga kapintasan nito at iniuugnay ang mga limitasyon at
pagkukulang nito sa sarili nito. Ang kaluluwa sa ganitong
."kalagayan ay tinatawag na "ego" o "sarili
Ngunit kapag napagtanto ng "ego" na ito o ng maliit at
limitadong sarili na ang koneksyon nito sa katawan ay
pansamantala lamang at mayroon itong imortal at walang
kamatayang esensya, kung gayon maaari itong tawaging
.kaluluwa

Habang lalong natatatag ang kanyang kamalayan sa
kanyang esensyal na kalikasan, at habang lalong tumataas
at lumalawak ang kanyang kamalayan, lalo niyang
nadarama na siya ay malapit na konektado sa kosmikong
kamalayan at na ang buong sangkatauhan ay ang kanyang
.pandaigdigang pamilya

* * *

Hindi natin dapat kalimutan ang Tagapagbigay ng mga
Regalo habang tinatamasa natin ang Kanyang mga regalo

Ang isang pusong nagpapasalamat ay nagbubukas ng
landas sa kamalayan para sa espirituwal na paglago at para
sa pagdaloy ng mabubuting bagay sa buhay, dahil sa
sandaling mabuksan ang isang daluyan, ang espirituwal na
.kapangyarihan ay dumadaloy dito

Dapat tayong magpasalamat sa lahat ng biyaya ng
buhay at mapagtanto na ang lahat ng kapangyarihan ng
pag-iisip, pagsasalita, at pagkilos ay nagmumula sa Diyos, at
Siya ay kasama natin ngayon, gumagabay at nagbibigay-
.inspirasyon sa atin

Kapag ang pagkaunawang ito ay matatag na naitatag sa
kamalayan ng disipulo, isang kislap ng kaliwanagan ang
sumisikat sa loob niya

Minsan ang banal na kapangyarihan ay dumarating na
parang isang nagngangalit na alon ng dagat na sumusulong
nang may matinding momentum, tinatangay ang mga
.balakid at inaalis ang mga kalat sa isip at kaluluwa
Ang mundo sa kabuuan ay hindi nakakiling sa Diyos,
ngunit dito at doon ay may mga kaluluwang nauuhaw sa
.Kanya at nananabik sa Kanya

Bagama't tila hindi tumutugon ang Diyos sa ating mga
panalangin, ang taimtim na naghahanap ay hindi tumitigil sa
pagsisikap kundi patuloy sa kanyang mga pagsamo mula sa
kaibuturan ng kanyang konsensya hanggang sa matanggap
.niya ang sagot

Bago matagpuan ang Diyos, ang mga tao ay nakatuon
sa pagtupad sa mga materyal na pagnanasa, ngunit
pagkatapos Siyang matagpuan, ang mga pagnanasang iyon
ay nawawalan ng lasa at kinang, hindi dahil sa kawalang-
bahala, kundi dahil nararamdaman ng naghahanap ang
kagalakan ng kaluluwa na pumupuno sa kanyang puso at
.natutugunan ang lahat ng kanyang mga pananabik

Ginugugol ng mga tao ang kanilang buong buhay sa
pagsisikap na makamit ang mga materyal na bagay, nang
hindi nalalaman na kung gugugulin nila ang isang-kapat ng

kanilang pagsisikap na ibinabalik muna sa Diyos, hindi
lamang ang ilan, kundi lahat ng mga hangarin ng kanilang
.puso, ang matutupad
Nawa'y mapuno ng pasasalamat ang ating mga puso at
umapaw ang ating buhay sa pasasalamat

* * *

Imposibleng makaakit ng mga kaibigan nang hindi
inaalis ang mga bahid ng pagkamakasari at mga hindi
.kanais-nais na katangian sa personalidad ng isang tao
Ang wastong pag-uugali ang pundasyon ng tunay na
pagkakaibigan

Kapag ang isang tao ay may malinis na motibo at
malaya sa pagiging makasarili, lilitaw ang kanyang likas na
.katangian at dadami ang kanyang mga tunay na kaibigan

* * *

Ang kahinahunan ang mainam na kalagayan kung saan
dapat nating harapin ang mga karanasan sa buhay
Ang kaguluhan ay kabaligtaran ng katahimikan, at ang
laganap nitong katangian ay ginagawa itong isang laganap
na pandaigdigang salot

* * *

Ang kosmikong liwanag, na siyang pinagmumulan ng
lahat ng kapangyarihan, ay nakatago sa likod ng kadiliman
at lumilitaw sa kaibuturan ng katahimikan kung saan ang
.mga iniisip ay pinapakalma at ang mga liwanag ay sinusuri
May mga matataas na kalagayan ng konsentrasyon sa
pag-iisip, at habang tumataas ang antas ng pag-akyat ng
naghahanap sa mga kalagayang iyon, mas lalo niyang
nararanasan ang mga kahanga-hangang kalagayan ng
espirituwal na kagalakan na hindi mailalarawan sa mga
:salita, at saka niya natatanto nang may kagalakan

Ang hinahanap ko kahit saan"

Kasama ko siya ngayon, nananahan siya sa kaibuturan

ko

Siya ay nasa puso at kaluluwa ko

Sa gitna ng katahimikan, ramdam ko ang kanyang
presensya
At sa likod ng mga pader ng kadiliman, nakikita ko siya
* * *

Ang mga kalungkutang dulot ng poot at digmaan ay
nagpapatunay na ang tunay na espirituwalidad, habag, at
kabaitan ay mas mataas at mas nakahihigit na mga puwersa
Ang poot ay mapanira, samantalang ang pag-ibig ang
pinakadakilang puwersang bumubuo sa buhay
Kaya naman, mga mahal kong kaibigan, dapat matuto
ang tao ng aral mula sa kawalang-saysay ng poot at mga
trahedya ng digmaan at mahalin ang Diyos, dahil ang
pagmamahal sa Kanya ay nagbibigay ng tagumpay,
magandang kapalaran, at ganap na kasiyahan na walang
.ibang makapagbibigay

Tanging ang pag-ibig ang magdadala ng tunay na
tagumpay sa mundo. Kung ang lahat ng bansa ay
magmamahalan at sabik na magtulungan, hindi sa
pamamagitan ng paggamit ng puwersa at maling
pamamaraan, kundi sa pamamagitan ng pagmamahal at
kabaitan, ang kabutihan, tagumpay, at kasaganaan ay
.mananaig sa bawat sulok ng mundo
* * *

Ang tao ay nabubuhay sa ilalim ng mahigpit na mga
paghihigpit
Paano niya nalaman na hindi na siya masasaktan sa
susunod na sandali, o na walang taong sasaktan ang puso
?niya

Ang tanging tunay na seguridad ay ang seguridad na
nakakamit ng mga dakila. Ang pagkakaroon ng ganitong
seguridad at ang pagbibigay nito sa iba ang siyang tanging
.tunay na kalayaan at pinakamataas na karunungan
* * *

Ang Diyos ang pinakamatamis na bagay na nabubuhay

Anuman ang inaasam ng iyong puso, matutuklasan mo
sa Diyos na hindi ko sinayang ang kahit isang sandali ng
aking buhay, at tinalikuran ko na ang lahat ng bagay na
nakakaabala sa akin sa Diyos, at natagpuan ko ang
.kaligayahang hindi ko matatagpuan sa anumang iba pa
Nabubuhay ako sa isang estado ng banal na kamalayan
at nais ko sa mga nais maranasan ang parehong estado na
.aking ginagalawan

Nais ko ring suklian ang lahat ng nagbigay sa akin ng
kanilang pagmamahal, sa pamamagitan ng pagbabahagi sa
kanila ng pagmamahal ng Diyos at ng biyaya ng Kanyang
.presensya

* * *

Ako ang bula ng kosmikong dagat
Nagmumula sa kaibuturan ng kaligayahan
Ako'y isang agos ng saya na sumasayaw
Sa ibabaw ng mga alon ng labis na kaligayahan
Sinusubukan ko ang aking makakaya
Upang ako'y maging pinakadakilang dagat ng kagalakan
Nawa'y lumawak ang mga alon ng aking kaligayahan
hanggang sa kawalang-hanggan
At kumalat sa lahat ng direksyon
Para sa wakas ay makapagpahinga sa puso ng
!kosmikong kaligayahan

* * *

Nakikita lamang ng mga tao ang gitna ng buhay; ang
.simula at katapusan nito ay nakatago sa kanila
Hindi makatwirang isipin na ang kamatayan ang
katapusan
Maiisip kaya natin na tayo, na pinagkalooban ng talino,
katalinuhan, at puno ng buhay, ay lilipas din sa oras na tayo
!ay makatulog sa oras ng kamatayan
Ang tao sa kabuuan ay isang kalipunan ng mga
malikhaing ideya at espirituwal na kamalayan, at ang

kamatayan ay walang kapangyarihang sirain ang di-materyal
.na kalipunan at ang banayad na kamalayang iyon

* * *

Kung iniibig mo ang Diyos nang may dalisay at walang
kundisyong pag-ibig, maglalagay Siya ng mga kaisipan sa
isipan ng iba, at ang mga kaisipang iyon ay magiging paraan
upang matupad ang iyong mga kahilingan, kahit na ang mga
.hindi mo pa naipahayag kaninuman

Samakatuwid, ang espirituwal na magnetismo kung
saan maaari mong maakit ang anumang bagay sa iyong
.sarili ay ang uri ng atraksyon na nais mong paunlarin
Kapag hinahangad mo ang mabubuti, marangal, at
malinis na mga bagay, maaakit mo ang banal na
magnetismo na magdadala sa iyo ng mabubuting bagay at
mga pagpapala mula sa kung saan mo alam at kung saan
.hindi mo alam

* * *

Kung tatanungin ang mga magnanakaw, adik sa droga,
at alkoholiko kung gusto nila ang kanilang pamumuhay,
.malamang na "Siyempre hindi" ang kanilang sagot
Akala nila ay magiging masaya sila kapag sinimulan nila
ang kanilang mga maling gawain. Ngunit hindi nila
kailanman napagtanto na ang mga bunga ng kanilang mga
.aksyon ay magiging mapaminsala at makakasira sa kanila
Kaya naman sumasakit ang puso ko at lumuluha ako
para sa mga taong nagkakamali dahil, sumpa man sa Diyos,
sila talaga ang ako at kung hindi lang dahil sa kabaitan ng
.Diyos sa akin, magiging katulad din sana ako nila
Ang kasamaan mismo ay isang uri ng opyo. Kaya naman
dapat tayong magkaroon ng mga espesyal na asylum kung
saan natututo ang mga gumagawa ng mali kung paano
.mamuhay nang matuwid at mag-isip nang tama
Hindi tamang lugar ang bilangguan para sa
rehabilitasyon. Kailangang makasama ng mga taong tulad

nila ang mga maimpluwensya at positibong indibidwal na
.makakatulong sa kanila

* * *

Mula sa iyong istasyon, kagalakan
Araw-araw kong pinakikinggan ang iyong matamis at
malamyos na mga himig

Na tila pamilyar at mahalaga sa aking puso
Noon, sinubukan kong makinig sa iyong pinagpalang
istasyon

Pero tila malayo ang takbo ng programa mo
Higit pa sa saklaw ng aking maliliit na iniisip
Ngunit pagkatapos ng ilang pagpindot sa susi ng
pagmumuni-muni

Nagawa kong makipag-ayos sa iyo
Lumapit ka sa akin sakay ng mga pakpak ng eter
Tinutugtog mo ang mga himig ng kabaitan
At kapayapaan ng isip

* * *

Ang mga ideya ay parang mga ilog na dumadaloy mula
sa mga bukal ng kaluluwa

Ang pagiging kasuwato ng Diyos ay isa sa pinakadakila
at pinakamahalagang tungkulin

Nakikinig ang Diyos sa wika ng puso na nagmumula sa
kaibuturan ng kaluluwa

Iniisip ng mga tao na hindi sinasagot ng Diyos ang
kanilang mga panalangin dahil hindi nila namamalayan na
kung minsan ay sumasagot ang Diyos sa paraang naiiba sa
.kanilang inaasahan at sa kanilang hinihiling sa Kanya

Hindi Siya laging tumutugon ayon sa kanilang mga
kagustuhan hangga't hindi sila naaayon sa Kanyang
.pangkalahatang kalooban

* * *

Hihigop ako ng nektar mula sa puso ng mga bulaklak
At hihiga ako sa malambot na karpit na seda
O kaya'y habulin ang mga ginintuang paru-paro

Gusto kong gumala sa gitna ng mga burol at mga kurba
ng bundok
Sinamahan ng banayad at nakakapreskong simoy ng
hangin sa gabi
Sa gitna ng mga daisy at anemone
Koronahan ng mga patak ng hamog
Sandali akong titigil upang salubungin ang matalinong
halimuyak
Ang halimuyak na nagmumula sa mga punong may mga
sanga na umuugoy
At sa mga pakpak ng mga ibon, ang aking kaluluwa ay
lililipad
Higit pa sa larangan ng imahinasyon sa lahat ng dako
At kasama ng mga umaawit na nightingale, aawitin ko
ang aking mga tahimik na awitin
At lalawak ako kasama ng walang hanggang kalangitan
Mula sa mga hibla ng sikat ng araw, lilikhain ko ang
aking mga kagalakan
At sa pamamagitan ng sinag ng buwan ay huhugasan ko
ang aking mga kalungkutan
At sa dilim ng gabi, aking buburahin ang aking madilim
na karanasan
At sa pagsikat ng araw, lilikha ako ng isang bagong
mundo

Ng walang hanggang kagalakan

* * *

Tayo ay mga natatanging daluyan, dahil maaari nating
palawakin o paliitin ang ating mga sarili
Binigyan tayo ng malayang pagpapasya at
kapangyarihang pumili. May mga taong hinaharangan ang
daluyan ng kanilang buhay gamit ang naipon na putik ng
kamangmangan at hindi hinahayaang linisin ito ng daloy ng
.kaalaman

Sinusubukan ng dagat ng katotohanan na dumaloy sa
makikipot na butas na iyon nang may mas matinding
.puwersa, ngunit walang nangyari

At may iba pa na patuloy na naghuhukay,
nagpapalawak, at nagpapalalim ng mga daluyan ng kanilang
buhay gamit ang disiplina sa sarili at espirituwal na kultura,
sa gayon ay hinahayaan ang banal na karunungan na
dumaloy sa kanila at umaapaw sa kanilang mga kaluluwa ng
.liwanag at pagpapala

* * *

Ang paghiga nang patihaya sa ibabaw ng mga pako ay
isang gawaing halos hindi gugustuhing gawin ng sinuman,
ngunit dapat tayong maging interesado sa lakas ng pag-iisip
na nagpapangyari sa isang mapangahas at kapana-panabik
.na gawain

Alam nating lahat ang mga pisikal na sakit at
kakulangan sa ginhawa na dulot ng mga aksidente,
karamdaman, at mga hindi malusog na gawi. At sino ang
makakatanggi na ang kakayahang maramdaman ang pisikal
na sakit nang hindi naaapektuhan ng mga ito ay isa sa mga
?biyaya ng buhay

Sinumang nakarating sa isang estado ng kamalayan na
nagbibigay-daan sa kanila upang mapagtanto na hindi sila
ang katawan ay hindi makakaramdam ng sakit
Siya na kayang kontrolin ang kanyang isip ay malaya
mula sa sakit at makakamit ang ganap na pamamahala sa
katawan

Natural lang na hindi ito mangyayari sa isang iglap,
ngunit ang patuloy na pagsisikap ay magbubunga ng mga
kababalaghan

* * *

Dapat nating tanggapin ang buhay at kamatayan nang
walang takot, at samantalahin ang mga aral ng buhay na ito
.upang malaman natin ang kabilang buhay

Sa kabila ng lupaing ito ay naroon ang walang
katapusang mga abot-tanaw kung saan muli nating makikita
ang ating mga mahal sa buhay na akala natin ay tuluyan
.nang nawala

Siyempre, hindi natin dapat hilingin ang kamatayan o
hanapin ito, ngunit kapag dumating ito, dapat nating
mapagtanto na ito ang pangwakas na pagsubok na siyang
magpapahintulot sa atin na matanggap ang dakilang
.gantimpala

* * *

Kapag napagtanto ng naghahanap ang kahalagahan ng
paghahanap sa Diyos, hindi siya mag-aatubiling, bagkus ay
pinatatalas ang kanyang determinasyon at pinapanatili ang
kanyang isipan na nakatuon sa kanyang pinagpalang
.layunin

Kapag ang pagnanasa ay lumitaw sa loob niya,
pinapakain niya ito ng pagmumuni-muni at espirituwal na
pananabik hanggang sa madama niya ang presensya ng
.Diyos sa kanyang puso
Iyan ang pinakaligtas at pinaka-maaasahang paraan
.upang patnubayan ang barko ng buhay sa dagat ng buhay

* * *

Sa loob mo ay naroon ang isang kahanga-hanga at
kamangha-manghang hardin ng pinong mga kaisipan,
mabango sa pagmamahal, kabaitan, pag-unawa, at
kapayapaan. Ang mga bulaklak nito ay hindi masukat ang
kagandahan kaysa sa mga bulaklak sa lupa at mababangong
.halamang materyal

Kapag ibinigay mo ang iyong dalisay na pag-ibig,
nagtanim ka ng isang mabangong rosas, at ang halimuyak
ng pag-ibig na iyon at ang bango ng pang-unawang iyon ay
mas tumatagal kaysa sa anumang bulaklak sa lupa at iyon
!ang katotohanan

* * *

Ang malikhaing pag-iisip, maingat na pagbabasa, at
pag-uulit ng mga tapat na salita ay mga nakakatulong na
paraan upang maalis ang negatibiti at magkaroon ng
.positibong pag-iisip

Ang paulit-ulit na mga pagpapatibay at pagsusumamo
nang may malalim na konsentrasyon ay makakatulong
upang makabuo ng tamang huwaran ng pag-iisip upang ang
positibong pag-iisip ay maging natural gaya ng dating
.negatibong pag-iisip

* * *

Dapat nating pangalagaan ang kayamanan ng
espirituwal na kagalakan at itanim ang kagalakang iyon sa
puso ng iba, at huwag hayaang may makaagaw sa atin ng
.ating panloob na kagalakan

Kahit na sumimangot ang mga araw at iminumungkahi
ng subconscious na nawala na sa atin ang lahat, dapat pa rin
nating lunurin ang pagmamadali at pagmamadali ng hindi
.masisirang katahimikan ng kagalakan

Putungan ninyo ang inyong mga sarili, mga kaibigan ng
kagalakan, sa trono ng inyong matatayog na ambisyon at
layunin, ng inyong marangal na mga gawa at matatayog na
kaisipan, at mararamdaman ninyo ang Diyos bilang
kagalakan sa istruktura ng bawat kaisipan at bawat
.damdamin

Dapat din nating itanim ang puno ng banal na pag-ibig
sa lupa ng ating walang malay. Kapag nararamdaman natin
ang pag-ibig na iyon, ang mga takot ay maglalaho at ang
.mga alalahanin ay mawawala sa tulong ng Diyos

* * *

Mali ang sabihing mahina ang loob ng isang tao mula pa
noong ipinanganak siya at hindi kayang maging malakas,
dahil may posibilidad na ang taong ito ay maging dakila at
makakamit ng mga kahanga-hangang bagay sa lahat ng
.aspeto ng buhay

* * *

Magpakailanman
Magsisisikat pa kaya ang araw na iyon, O Walang
?Hanggan
Kung saan ako magtatanong sa iyo nang walang
pagkaantala
At nagpapadala ako sa iyo ng walang katapusang mga
tanong

!At kukuha ako ng sagot mula sa iyo
Paano magtanim ng mahina at payat na mga damo
Nakataas ang kanilang mga ulo nang hindi nakayuko
At hindi natinag ng malalakas na bagyo
Na siyang bumubunot sa matatayog na puno
At ang malalaking istruktura ay nawasak
!At ang malalakas na dagat ay naaalog
Paano kumurap ang kanyang mga mata dahil sa unang
?kislap

At lumitaw ang unang puno
At ang unang isda
At ang unang ibon
?At ang panganay
?Kailan ang kanilang unang pagbisita
Ang bahay na ito sa ground floor
!Bahay ng mga Kababalaghan
Kung gaano ko kasabik na hawakan ang iyong kamay
Ang humubog sa dagat at lupa
!O Walang Hanggan
* * *

Madilim ang mundo, ngunit kapag nakita natin ang mga
taong ang mga mukha ay nagniningning sa ningning ng
kaligayahan
Ang kanilang mga ngiti ay nagpapawi ng ating
kalungkutan at nagpapakalat ng ating mga alalahanin na
parang lamparang nagniningning sa dilim
Ang kadiliman ay kumukupas sa harap ng Kanyang
liwanag

Hayaang sumikat ang ngiti ng kaluluwa mula sa ating
mga mukha. Hayaang ang simoy ng banal na pag-ibig ang
magdala ng ating mga ngiti at ikalat ang mga ito sa
malungkot na puso, upang ang liwanag ng mga ngiting iyon
.ay makapagpaalis ng kadiliman mula sa puso ng iba

* * *

Ang pagiging maalalahanin sa damdamin ng iba ay isa
sa mga pinakamagandang katangian, at ito ang nagbibigay
.sa isang tao ng pinakamalaking kaakit-akit na anyo
Halimbawa, kung ang isang tao ay nauuhaw, ang taong
nag-iisip tungkol sa iba ay makakaramdam ng kanilang
.pangangailangan at bibigyan sila ng inuming tubig
Ang pagiging maalalahanin sa damdamin ay
nangangahulugan ng pagiging mulat sa iba at pag-iisip
tungkol sa mga ito

Ang mga taong gumagalang sa iba at nagpapahalaga sa
kanilang damdamin ay likas na nakakaalam kung ano ang
kailangan nila

* * *

Isa sa mga disipulo ang nagdududa sa kanyang
kakayahang magpatuloy sa kanyang espirituwal na landas.
Upang palakasin ang loob niya, sinabi sa kanya ng gurong si
:Paramhansa

Ang Diyos ay hindi malayo, kundi malapit, at nakikita"

"ko Siyang naroon sa lahat ng dako

Tumutol ang estudyante, na nagsasabing, "Pero isa

"!kang guro na nakakakilala sa Diyos, ginoo

:Sumagot ang guro

Pantay-pantay ang lahat ng kaluluwa, at ang tanging"
pagkakaiba natin ay nagsikap ako, pinatunayan ko sa Diyos
na mahal ko Siya, kaya't ipinahayag Niya ang Kanyang sarili

".sa akin

* * *

Kapag ang isang tao ay nahuhumaling sa panonood ng
isang napakasayang pelikula, nakakalimutan nila ang lahat
.ng iba pa at ang kanilang pokus ay nasa pelikula lamang
At gayundin sa taong nahuhumaling sa pag-ibig ng
Diyos, na nakakalimutan ang lahat maliban sa banal na
.minamahal

Ang karaniwang tao ay walang sapat na pananabik at
paghahangad na madama ang banal na presensya dahil ang
isip ay nasanay na magtuon sa mga materyal na bagay sa
.halip na sa banal na bagay

Kung ang mga pelikula, seks, at makamundong
kasiyahan ay nakakaakit ng atensyon ng isang tao, paano
naman ang Diyos, na siyang pinagmumulan ng kagalakan at
!ang pinakakasiya-siyang bagay sa buhay
Ngunit ang problema ay karamihan sa mga tao ay ayaw
makilala ang Diyos, at kung nakilala mo Siya, matutuklasan
mo na ang mga oras ay lumilipas habang ikaw ay nalulubog
.sa isang sukdulang espirituwal na kaligayahan
Kahit anong gawin ko, wala akong nararamdamang saya
kung hindi kasama ko ang Diyos

* * *

Kung nais ng mga tao na maiwasan ang materyal na
kahirapan, dapat nilang kamuhian ang espirituwal na
kahirapan dahil ito ang pinagbabatayan ng lahat ng
.pagdurusa ng tao

Ang isang taong espirituwal at praktikal ay isang
masayang tao, at tanging ang isang masayang tao lamang
.ang isang matagumpay na tao

Kahit na temasahin ng mga naninirahan sa isang
lungsod ang lahat ng kaginhawahan ng materyal na
kagalingan, hindi nito mapipigilan ang pagpatay at krimen sa
.lungsod na iyon

Ang paglalapat ng mga unibersal na prinsipyo ng
paglilingkod sa isa't isa, kusang pagtutulungan sa mga tao,
pagmamahal sa espirituwal na buhay, at pagkontrol sa mga

pagnanasa ng kaluluwa ay pawang kinakailangan para sa
anumang lipunan na magtamasa ng isang maayos, malusog,
.masaya, at maunlad na buhay

* * *

Huwag mong isipin na hindi sinasagot ng Diyos ang
iyong mga panalangin. Bawat salitang ibinubulong mo sa
Kanya ay nakaukit sa Kanyang puso. At kung pagmamasdan
mo ang maraming paraan ng pagtugon ng Diyos,
matutuklasan mo na tunay ngang lagi Siyang tumutugon sa
.iyo

Habang lumalaki ang iyong pananabik at lumalakas ang
iyong pananabik, mas mabilis at mas kahanga-hanga ang
.magiging tugon

* * *

May mga taong wala nang nakikitang mas mataas na
layunin sa buhay kaysa sa pagtupad sa mga
pangangailangan ng katawan at pagtupad sa mga hangarin
nito, wala nang iba pa. Ito ang estado ng pamumuhay na
.nililimitahan ng mga pandama

At mga taong naglilingkod sa pamamagitan ng mga
gawaing intelektwal at kasanayan, agrikultura, kalakalan,
pagbili at pagbenta, at lahat ng bagay na may kaugnayan sa
praktikal na buhay sa pangkalahatan
Palagi silang abala sa paggawa ng mga bagay-bagay, at
ang tanging inaalala nila sa buhay ay ang kumita ng pera, na
.madalas nilang sinasayang sa mga kalayawan
Kabilang sa mga ito ang mas maunlad na mga
.indibidwal na may malikhaing ugali

May mga taong may talento sa pamamahala at
ehekutibo na nagsisikap na maunawaan ang mga sikreto ng
buhay matapos nilang maranasan ang pagkita ng pera at
.pagkamit ng tagumpay sa propesyonal na buhay
Umaasa sila sa pagpipigil sa sarili upang malampasan
ang mga dikta ng mga pandama, mas seryosohin ang buhay,
at naniniwala sa paglaban sa mga mapaminsalang

tendensiya, soberanya sa sarili, at pagtatakda ng kompas ng
.buhay sa tamang direksyon

May mga taong may likas na mapagnilay-nilay, na likas
na espirituwal at may kakayahang maghatid ng mga
.nakapagbibigay-inspirasyong mas matataas na ideya sa iba

* * *

Tanging ang Diyos lamang ang makakapagtuwid sa mga
kasamaang nagpapahirap sa mundo at sa sangkatauhan,
ngunit ang sangkatauhan ay dapat magsikap na kilalanin
ang banal na presensya at ipakita ang walang hanggang
.kabutihan ng Diyos sa kanyang sarili
:para makasiguro

Tuwing umaga, iniaalay ko ang aking katawan, ang
aking isipan, at bawat kakayahang taglay ko para sa Iyo,
Walang Hanggang Lumikha, upang gamitin sa anumang
paraan na Iyong piliin, upang maipahayag Mo ang Iyong
.sarili sa pamamagitan ko

* * *

Upang makamit ng isang tao ang pagtanggap sa sarili,
dapat niyang kontrolin ang kanyang mga iniisip
Dapat kang magsanay ng malalim na pag-iisip at ituon
ang iyong isip upang kapag itinuon mo ang iyong isip sa
isang partikular na ideya, ang iyong atensyon ay hindi
.gumala o lumilipat mula sa isang ideya patungo sa isa pa
Karamihan sa mga tao ay nabubuhay sa ibabaw ng
mundo, ngunit upang makamit ang mga hiyas ng kaalaman
ay nangangailangan ng malalim na pagsisid sa dagat ng
.pag-iisip

Ang mga taong malalim ang iniisip ay masasayang tao
dahil kaya nilang ilayo ang kanilang sarili sa mga sanhi ng
.pagkabalisa sa kanilang kapaligiran

Ang karaniwang tao ay walang paraan para makatakas,
dahil lagi siyang nabubuhay sa ibabaw ng tubig na parang
.isdang madaling hulihin ng mangingisda

* * *

Ito ang pambihirang katangian ng diwa ng
pagkamalikhain na siyang nagpapatayo sa may-ari nito sa
harap ng mundo sa isang maliwanag na liwanag tulad ng
mga dakila na nagdala ng mga bagong bagay na kapaki-
.pakinabang sa mundo na hindi pa nagagawa ninuman noon
Ang mga matatalinong henyo na iyon ay nagtataglay ng
isang hindi matitinag na malikhaing diwa, na sinusupportahan
ng isang kagustuhang hindi titigil hangga't hindi nakakamit
.ang ninanais na layunin

Pinapaboran ba ng Diyos ang mga dakilang taong iyon
kaya taglay nila ang natatanging kadakilaan? At pinili ba sila
ng banal na kalooban upang tumanggap ng dakilang
?kaluwalhatian ng iyon kaysa sa iba

Hinding-hindi. Ginamit lamang nila ang kanilang mga
malikhaing talento upang ipakita ang kadakilaan at
kaluwalhatian na pamana ng bawat tao dahil siya ay nilikha
ayon sa wangis ng Diyos, ang pinagmumulan ng lahat ng
.pagkamalikhain at inobasyon

* * *

Hinahabol ng mga tao ang kaligayahan na parang
asoge, ngunit may paraan para mahanap ang kaligayahan,
at iyon ay ang magpasalamat sa Diyos para sa Kanyang mga
biyaya at makaramdam ng pasasalamat sa mga biyayang
.natatanggap natin sa buhay

Ang ating pasasalamat sa Diyos para sa mga pagpapala
sa ating buhay ay isang pangunahing kinakailangan upang
makilala Siya, na siyang pinagmumulan ng walang hanggang
kapayapaan, isang komportableng buhay, at panibagong
.kagalakan

Kapag iniaalay natin sa Diyos ang ating pagmamahal,
nagiging handa tayong tumanggap ng Kanyang mga
pinagpalang kaloob ng kapayapaan, kasiyahan, at
.kasiyahan

Ang pinakamasayang tao sa mundong ito ay iyong mga
natutong mag-isip nang positibo, gumawa ng mga

nakabubuting gawain, at magbigay nang bukas-palad at
may kabaitan ng kanilang makakaya. Sila ang mga
.matagumpay sa buhay

Habang ang isang tao ay nagtataglay ng positibong
kamalayan, isang pusong nagpapasalamat, at isang
mapagmahal na kaluluwa, mas nararamdaman niya ang
.Diyos sa kanyang kalooban

At sa tuwing bumubulong ang disipulo sa Diyos,
"Napakabukas-palad Mo, O Panginoon!", napagtatanto niya
na ang kapayapaan at kaligayahang nararamdaman niya ay
isang biyaya mula sa Diyos, at nais niyang ituon ang
kanyang mga iniisip at kilos sa paraang magpapanatili sa
.kanya na laging malapit sa Banal na Presensya

Ang pagiging malapit na ito ay makakamit sa
pamamagitan ng pagmumuni-muni, positibong pag-iisip, at
mahusay na pagpapasya. Ang mga ito naman ay natural na
nagmumula bilang resulta ng pasasalamat at diwa ng
.pagbibigay

Kung ating pagninilayan ang mga biyayang mayroon
tayo at lahat ng mabubuting bagay na nararapat
pasalamatan at pasasalamat, sa halip na isipin ang mga
kalamidad, kahirapan, sakit, karamdaman, pag-aalala, at
takot na nakapaligid sa atin o nagdudulot sa atin ng
pagkabalisa, saka natin makikilala ang Diyos, at
gagantimpalaan tayo para diyan ng espirituwal na
.kamalayan na tinatawag nating kapayapaan o kaligayahan
Titindig ang ating mga puso sa pagmamahal at
kagalakan, at ang ating mga isipan ay magniningning sa
mga matingkad na ideya

* * *

Ang isip ng karamihan ay parang mga makinang may
!isang horsepower

Sa kabila ng napakalaking potensyal sa isip ng bawat
tao, napakakaunting tao ang gumagamit ng mga
.kapangyarihang iyon na naghihintay na ma-aktibo

Ang mga interes ng mga tao ay karaniwang limitado at nakakulong sa mga pangangailangan sa buhay tulad ng .pagkain, pagtatrabaho, paglilibang, pagtulog, at iba pa Ngunit ang mga tao ay may isa sa pinakadakilang katangian sa lahat, na siyang kakayahang lumikha o .magbago

Ano ang mahiwaga at mahiwagang kapangyarihang ito?

Ang Kanluran ay lupain ng praktikal at industriyal na inobasyon at inilapat na agham. Ang Silangan ay lupain ng .kaliwanagan at espirituwal na pagkamalikhain

Ang diwa ng inisyatiba ay ang kakayahang maging malikhain upang makagawa ng isang bagay na hindi pa nagagawa ninuman, sa mga makabagong paraan

Ito ang kapangyarihang malikhain na nagmumula sa

Lumikha

* * *

Kung walang posibilidad ng panloob na pagbabago, kung saan nakasalalay ang mga binhi ng kung ano ang ating magiging kahinatnan, hindi natin magagawang magdulot ng .pagbabago sa hindi kilalang bahagi ng ating kalikasan

Ngunit mayroon tayong pagkakataong impluwensyahan

kung sino ang magiging tayo sa hinaharap. Ang maagang pagsasanay sa ating potensyal ay may mahalagang papel sa pag-activate ng hindi kilalang bahaging ito ng ating sarili o .pag-iwan dito na paralisado kung mapabayaan

Kung paanong ang mga halaman ay nagpapalawak ng

kanilang mga ugat sa lupa, dapat din nating pagyamanin ang mabubuting katangian sa ating sarili sa pamamagitan ng pagpapabunga, pag-aalis ng mga damo, pagluwag ng .lupa, pagdidilig, at pagbabakod

Dapat din nating putulin at bunutin ang mga damo mula

sa lupa ng kaluluwa

Ang mga bunga ng ating buhay, malaki man, maliit,

katamtaman ang laki, malusog, o may sakit, ay higit na

nakasalalay sa kung gaano natin kahusay inaalagaan ang
.mga puno ng ating sariling mga taniman
May kalayaan tayong gawin ito, at kung gagamitin natin
ang ating malayang pagpili sa abot ng ating makakaya, ang
panlabas na resulta ay magiging mabuti, at bilang resulta,
ang mga bago at mabubuting binhi ay mabubuo sa hindi
kilalang bahagi ng ating kalikasan, at ang mga ito naman
ang magtatakda kung ano ang magiging hitsura ng ating
.buhay sa hinaharap

* * *

Negatibo at positibong resulta ng pag-iisip
Ang pag-iisip ay lubhang mapanlinlang, dahil maaari
itong magdulot ng parehong negatibo at positibong resulta
Naaalala ko pa noong minsang dumaranas ng masakit
na lalamunan ang isa sa mga kapatid kong babae, at ngayon
lang ako nakakita ng ganito kalala na sakit ng lalamunan;
.hindi siya makakain o makalunok ng kahit ano
Tinawag niya ako at habang umiiyak ay sinabing,
""Gawin mo ang lahat para matulungan ako
Dinalhan ko siya ng pagkain at niyaya siyang kumain.
Hindi niya namalayan na hinahawakan ko pala ang
lalamunan niya, kung saan ko itinuon ang aking mental na
.enerhiya
Bigla niyang natagpuan ang sarili na kumakain nang
walang nararamdamang sakit, at siya ay napuno ng
.kagalakan sa paggaling ng kanyang lalamunan
Pagkaalis ko sa kanya, tumayo siya at tiningnan ang
kanyang lalamunan sa salamin, at nang makita niyang
naroon pa rin ang mga ulser, bumalik ang sakit at nagsimula
.siyang sumigaw
Pag-uwi ko at nakita ko siyang nasasaktan, tinanong ko
"?siya, "Anong ginawa mo
"Sumagot siya, "Tiningnan ko ang lalamunan ko
Sinabi ko sa kanya: "Nakita kong maayos na ang
lalamunan mo sa liwanag ng Diyos, at kaya bumuti ang

iyong kalagayan, ngunit nakita mo ang sakit, at kaya ka
"nakakaramdam ng sakit
Pagkatapos ay sinabi ko sa kanya, "Uminom ka nitong
"tubig

Dahil tanggap ang kaniyang isipan, nagawa niyang
lunukin ang tubig at nakabawi muli, at hindi na niya muling
.tiningnan ang kaniyang lalamunan sa salamin
Kaya naman, ang pag-iisip ay may mahalagang papel.

Para naman sa mga sakit sa neurolohikal—na kadalasang
pinalalakas ng mga maling akala—ang isip ay maaaring
magsulong ng mabilis na paggaling kapag ginamit nang
.tama ang kapangyarihan nito

Paalala: Hindi ibig sabihin ng kuwentong ito na hindi ka
dapat magpatingin sa doktor o magpagamot, kaya kailangan
.mo ng paglililaw

* * *

:Dapat nating masabi

Sa likod ng limitadong katawang ito, nararamdaman ko"

"ang ganap at walang limitasyon

Hindi ako naglelektyur maliban kung nararamdaman

kong kasama ko ang Diyos, ni hindi rin ako nagtuturo
maliban kung lubos akong naaayon sa Kanya. At kapag
nagsasalita ako mula sa antas na iyon, alam kong hindi
.malilimutan ng mga nakikinig sa akin ang kanilang narinig

Ang mga nagtitiyaga ay makikilala ang Diyos, at
umaasa ako na ang mga nagnanais na magpatuloy sa
kanilang paghahanap ay maaantig ang Kanyang
.pinagpalang presensya

* * *

Ang pagnanais para sa kaligayahan ang pinakamalakas

sa lahat ng mga pagnanasa

Ang tunay at pangmatagalang kaligayahan ay
matatagpuan lamang sa Diyos, at kapag natuklasan mo ang
Kanyang presensya, ikaw ay mapupuno ng malaking

kagalakan—isang kagalakang hindi matatagpuan sa
.anumang bagay

Kung ibibigay sa iyo ang buong mundo, hindi mo
malalaman kung paano ito haharapin, at makakaramdam ka
ng mabigat na pasanin at pagkabalisa tungkol sa lahat ng
.bagay

Tingnan ang buhay ng mga pinakamalalaking kilalang
tao at kalalakihan sa mundo at matutuklasan mo na sila ay
magagalitin, binabagabag ng panliligalig mula sa lahat ng
panig, parang mga puppet na ginagalaw at nilalaro ng
.kamay ng kapalaran

Ngunit ang taong kaisa ng liwanag ng mundo ay isang
.masayang tao dahil siya ay konektado sa kanyang Lumikha
* * *

Dapat laging magsikap na malampasan ang
masasamang gawi, dahil sa sandaling makaramdam ng
pesimismo at kalungkutan ang isang tao, naghahasik siya ng
mga hindi malusog na binhi sa lupa ng kanyang sariling
.kaluluwa

Ang patuloy na pagpapakasasa sa mga mapaminsalang
gawi ay isang uri ng pagsira sa sarili. Gayunpaman, ang
pagsisikap na maging masayahin at optimistiko araw-araw,
sa kabila ng lahat ng hindi kanais-nais at nakababahalang
mga pagsubok, ay isang tanda ng pagbabago at espirituwal
.na paggising
* * *

Ang mga taong hinahayaang tumigas at maging takot
.ang kanilang mga isipan ang tunay na siyang namamatay
Ang mga nagnanais na lutasin ang misteryo ng buhay
ay dapat magbagong-buhay araw-araw, magtrabaho upang
mapabuti ang kanilang sarili sa anumang paraan, bumuo ng
malikhaing pag-iisip, at makisali sa mga nakabubuo na
.aktibidad

At higit sa lahat, dapat silang humingi ng karunungan sa
Diyos, sapagkat kasama ng karunungan ang lahat ng
.magaganda at kahanga-hangang bagay
* * *

Binigyan tayo ng Diyos ng isang pamilya upang
mapalawak natin ang bilog ng ating pagmamahal mula sa
ating sarili patungo sa iba na ating kamag-anak, at
pagkatapos ay palawakin ang mga hangganan ng
.pagmamahal na iyon upang maisama ang lahat
Ang ating mga mahal sa buhay ay kinukuha mula sa
atin, maging sa pamamagitan ng kamatayan o sa iba pang
mga pangyayari, upang matutunan nating huwag limitahan
ang ating pagmamahal sa mga tao lamang, kundi mahalin
ang pag-ibig mismo, na siyang Diyos, ang ating
pinakamalapit na kapwa, na nakatago sa likod ng lahat ng
.maskara ng tao
* * *

Tuwing makakahanap ako ng mga taong madaling
tumanggap, sinusubukan kong talakayin ang isip at lohika
ng mga taong iyon, habang bihira akong makipag-usap sa
.mga taong hindi interesado dahil ayaw nilang makinig
Para naman sa mga taong tapat sa kanilang
paghahanap sa Diyos, sinisikap kong makipag-ugnayan sa
kanila sa pamamagitan ng kanilang bukas na isipan at
itanim ang mga binhi ng banal na pag-ibig sa kanilang mga
.puso
* * *

Kapag nanonood ng pelikula o dula, kung alam ng mga
manonood ang balangkas ng kuwento sa lahat ng detalye
nito bago pa man ito mapanood, mawawala ang kasiyahan
.sa palabas
Gayundin, ipinapayong huwag malaman ang lahat ng
sikreto ng buhay na ito dahil mayroong isang kosmikong
drama na dumadaan sa mga kabanata ng ating buhay, at

hindi kapana-panabik na malaman kung ano ang mangyayari
.bago ito mangyari

Hindi tayo dapat mag-alala tungkol sa huling resulta, sa
halip ay hilingin sa Diyos na gabayan tayo upang gampanan
natin ang ating mga tungkulin sa buhay nang lubos hangga't
maaari, maging ang mga tungkuling iyon ay may kinalaman
sa kahinaan o kalakasan, sakit o kalusugan, pagmamataas o
pagpapakumbaba, kayamanan o kahirapan, at upang
malaman ang kahulugan ng masalimuot na kuwentong ito sa
.huli

* * *

Gusto ng lahat na magkaroon ng mas maraming pera
kaysa sa ibang tao, at kapag nakuha na nila ito, hindi pa rin
sila kuntento dahil natutuklasan nilang may mga taong mas
.mayaman pa kaysa sa kanila
Ang mga tao ay nabubuhay sa isang lusak ng paghihirap
na dulot ng sarili nilang mga kapritso at pagnanasa sa halip
na makuntento sa kung anong mayroon sila
May mga taong mas marami ang mayroon kaysa sa iba,
ngunit hindi sila masaya, bagkus ay nag-aalab sila sa
pagnanais ng higit pa at nilulukob ng pagkabalisa at
.pangamba

Ang landas ng Diyos, mga kaibigan, ang pinakamadaling
landas, at pinakamabuti para sa atin na bumaling muna sa
Diyos at hilingin sa Kanya na ibigay sa atin ang
pinakamabuti para sa atin, at makukuha natin mula sa
Kanyang mapagbigay na kamay ang ating kailangan dahil
sinasagot Niya ang mga taos-pusong panalangin at
.tinutupad ang mga kahilingan ng Kanyang mga minamahal

* * *

Isang kahangalan ang umasa ng tunay na kaligayahan
mula sa mga makamundong pagnanasa at ari-arian dahil
.hindi naman nila ito kayang ibigay sa atin sa simula pa lang
Ngunit milyun-milyong tao ang namamatay na puno ng
puso at durog na puso matapos ang kanilang walang saysay

na pagtatangka na matagpuan sa buhay sa lupa ang
kaligayahang tanging sa Diyos lamang umiiral, ang
.pinagmumulan ng lahat ng kagalakan at kaluguran

* * *

Likas lamang sa mga tao na magpasalamat sa Diyos
pagkatapos makatanggap ng mga regalo mula sa Kanya,
ngunit bihira silang magpasalamat sa Kanya o kahit na isipin
ang pasasalamat sa Kanya para sa regalo ng buhay na
ibinigay Niya sa kanila at para sa mga espirituwal na
.katangiang itinanim Niya sa kanilang mga kaluluwa
Madaling itaas ang ating mga puso sa Diyos kapag
nararamdaman natin ang Kanyang presensya o nakatanggap
tayo ng tugon mula sa Kanya sa ating mga panalangin,
ngunit kay gandang pasalamatan Siya para sa Kanyang
nakatagong patnubay sa atin at sa Kanyang pinagpalang
presensya sa atin sa kabila ng ating kakulangan nito. Ito ay
tanda ng tiwala sa Diyos, pagpapakumbaba sa harap Niya,
.at kasiyahan sa Kanyang karunungan
Ang Diyos ay tumutugon sa ating pagmamahal at
pananabik sa sarili niyang paraan, at ang mga
mapagpakumbaba ang puso ay puno ng pasasalamat at
pagpapahalaga sa masaganang mga pagpapala at kabutihan
mula sa walang hanggang nagbibigay na banal na
.pinagmumulan

* * *

Ang kaaway ng tao ay ang kanyang tiyan (ang tiyan ng
tao ay ang kanyang kaaway)

Ang tiyan ang pinakamahinang bahagi ng katawan at
kadalasang nakararanas ng pinakamalalang uri ng pang-
aabuso. Kapag ang sistema ng pagtunaw ay nagambala ng
labis na pagkain o pagkonsumo ng mga hindi malusog na
pagkain, maaari itong magdulot ng lahat ng uri ng problema
.sa kalusugan

Kapag tiningnan ng isang tao ang kanyang mukha sa
salamin, akala nila ay maayos naman sila, ngunit hindi nila

namamalayan na marami pala silang dalang lason na
nakadeposito sa kanilang katawan. Maliban na lang kung
alam nila ang tamang paraan para maalís ang mga lason na
iyon, at kung hindi ito maalís nang epektibo ng katawan,
.magkakaroon ng mga sakit

* * *

Isa sa mga batang disipulo ang humingi ng payo, at
:sinabi sa kanya ng gurong si Paramahansa
Nagtatanim ang mundo ng masasamang gawi at lihis na
tendensiya sa iyo, ngunit hindi ito mananagot, ni hindi ito
magbibigay ng sagot o magbibigay ng pananagutan sa iyong
mga pagkakamali na bunga ng mga tendensiya at gawi na
.iyon

Kaya bakit mo ibibigay ang lahat ng oras mo sa isang
mapanlinlang na kaibigan? Maglaan ng isang oras sa isang
.araw para sa mga espirituwal at siyentipikong tuklas
Hindi ba't ang Diyos – ang tagapagbigay ng buhay,
pamilya, pera, at lahat ng iba pa – ay karapat-dapat sa isang
?bahagi ng dalawampu't apat na bahagi ng iyong oras

* * *

:Isang estudyante ang nagtanong
Ginoo, bakit may mga taong nanunuya at nangungutya"
"?sa mga santo at mga banal na tao
:Sumagot ang gurong si Paramahansa
Ang mga manggagawa ng kasamaan ay napopoot sa"
katotohanan, at ang mga makamundo ay kuntento nang
sumabay sa agos. Walang grupo ang may gusto ng
pagbabago. Samakatuwid, ang pag-iisip lamang sa mga
matuwid na tao ng Diyos ay nakakagambala sa kanila at
".nakakagambala sa kanilang kapayapaan
Ang mga taong ito ay maihahalintulad sa isang lalaking
nanirahan nang maraming taon sa isang madilim na silid.
Kapag may nagbukas ng ilaw, ang biglaang pagliwanag ay
nakakagambala sa taong medyo bulag at para sa kanya ay
.isang kakaibang pangyayari

* * *

Ang mabigat na martilyo ng panday ay walang sariling
kagustuhan maliban kung iangat niya ito gamit ang kanyang
.kamay at ibababa, mananatili ito sa lugar, hindi nagagamit
Ngunit ang tao ay may malayang pagpapasya upang
mapili niyang maging isang mabuting paraan at isang
.matuwid na instrumento sa mga kamay ng Diyos
Hindi nais ng Diyos na ang mga tao ay maging matigas
at walang buhay na mga martilyo, kundi gamitin ang
malayang pagpapasya upang makamit ang mga banal na
.layunin sa mundong ito

* * *

Hindi naman laging tagapagpahiwatig ng mabuting
panlasa ang pera. Maraming mayayaman ang bumibili ng
mga bagay na hindi nila kailangan, na naipon naman sa
kanilang mga tahanan bilang mga tambak na hindi maganda
.ang hitsura at walang silbi
Hindi mo kailangan ng malaking pera para maging
maganda ang isang bahay; ang lasa ang mahalagang
elemento

Ngunit ang ideya ng pagpapaganda ng bahay ay
nakakabighani sa ilang mga tao, kaya't nahuhumaling sila
rito at nililimitahan ang kanilang sarili sa mga materyal na
.bagay

Sinumang kailangang magbayad ng naipon at
apurahang mga bayarin ay tiyak na maghahangad ng mas
simpleng buhay at kalayaan mula sa mga problema sa
pananalapi

Ngunit ang kalayaang iyan ay hindi darating sa
pamamagitan ng pagsuko sa katamaran at katamaran, o sa
pamamagitan ng pagtalikod sa lahat ng bagay nang walang
.katwiran o lohika

Minsan ay nangyari na ang isang lalaki ay dumanas ng
:matinding kawalan at nagsabi

Naku, kawawa naman ako! Nawala na ang aking"
kayamanan at iniwan na rin ako ng aking asawa, kaya
napagdesisyunan kong iwan na lang ang lahat at maging
".isang ermitanyo

Mga kaibigan ko, hindi iniwan ng lalaking ito ang lahat,
!kundi iniwan siya ng lahat

Ang sikolohikal na kapaligiran at ang pakiramdam ng
kasiyahan ay dalawang mahahalagang elemento para sa
pagkamit ng kaligayahan

Matapos suriin at pag-uri-uriin ang lahat ng mga
:pagnanasa, masasabi natin

Walang kahirapan sa pagkuha ng mga kinakailangang"
materyal na pangangailangan, at ang kawalan ng
"kakayahang taglayin ang mga ito ay hindi makatarungan

* * *

:Isa sa mga estudyante ang nagtanong
Ginoo, ano po ang dapat kong gawin para makilala ko"

"?ang Diyos

:Sumagot ang gurong si Paramahansa

Sa bawat sandali ng libreng oras, ilubog ang iyong sarili
sa malalim na pag-iisip tungkol sa kanya. Kausapin mo siya
.nang buong puso, kaluluwa sa kaluluwa

Siya ay mas malapit kaysa sa pagiging malapit at mas
mahal kaysa sa isang mangingibig. Minamahal ko siya tulad
ng pagmamahal ng isang kuripot sa pera, at minamahal ko
siya ng pagmamahal ng isang taong nahuhumaling sa
kanyang minamahal, tulad ng isang taong nalulunod sa
.isang simoy ng hangin

Kapag ipinahayag mo ang iyong matinding pananabik at
".matinding pananabik, siya ay lalapit sa iyo

* * *

Ang lahat ng ating pagsisikap ay dapat ilaan hindi
lamang sa pagkamit ng mabuting kalusugan at materyal na
seguridad, kundi pati na rin sa paghahanap ng kahulugan ng
.buhay

Kapag nadaig tayo ng mga kahirapan, binabaling muna
natin ang ating paligid, sinusubukang gawin ang lahat ng
materyal na pagsasaayos na sa tingin natin ay
.makakatulong

Ngunit kapag narating natin ang isang puntong walang
patutunguhan at sinabing, "Lahat ng aking mga pagtatangka
ay nabigo, ano pa ang magagawa ko?" nagsisimula tayong
mag-isip nang seryoso tungkol sa paghahanap ng isang
.epektibong solusyon sa ating problema

Kapag sinisiyasat natin nang malalim ang ating mga
iniisip, natatanggap natin, sa tulong ng Diyos, ang sagot
mula sa ating sarili. Ito mismo ay isang uri ng nasagot na
.panalangin

* * *

Sinabi ng gurong si Paramahansa sa ilan sa mga
:estudyante

Mag-ingat sa negatibong pananaw sa buhay. Bakit ka"
nakatuon nang husto sa mga tambak ng basura kung ang
"?dami namang kagandahan sa paligid mo
Maaaring makahanap ng mali ang mga pinakakahanga-"
hangang halimbawa ng sining, musika, at panitikan. Ngunit
hindi ba't mas mabuti at mas kapaki-pakinabang na
"?tamasahin ang kanilang kagandahan at kariktan
Ang buhay ay may maliwanag at madilim na bahagi"
dahil ang mundo ng relatibidad ay nakabatay sa liwanag at
"mga anino

Kung hahayaan ninyong mapuno ng kasamaan ang"
inyong mga iniisip, magdudulot kayo ng kapangitan at
".kasamaan sa inyong mga sarili
Hanapin lamang ang kabutihan sa lahat ng bagay,"
"upang masipsip mo ang diwa ng kagandahan

* * *

Sinabi ng gurong si Paramahansa sa isang grupo ng
:mga disipulo

Isinaayos ng Diyos ang pagbisitang ito sa Mundo para"

sa atin, ngunit karamihan sa atin ay nagiging mga hindi
kanais-nais na panauhin, tinatanggap ang ilang mga bagay
"dito bilang ating sarili

Sa pamamagitan ng paglimot na ang ating paninirahan

sa lupa ay pansamantala lamang, lumilikha tayo ng
maraming asosasyon at ugnayan, tulad ng: "aking tahanan,"
."aking trabaho," "aking pera," "aking pamilya," at iba pa
Ngunit kapag natapos na ang ating makalupang visa,
lahat ng ugnayan ng tao ay maglalaho at maglalaho, at
mapipilitan tayong iwanan ang lahat ng bagay na inakala
nating pag-aari natin. Ang Nag-iisa at Tanging kasama natin
sa lahat ng oras at lugar ay ang ating walang hanggang
.kapwa, ang Diyos

Alamin mo ngayon na ikaw ang espiritu, hindi ang
katawan. Bakit mo hinihintay na turuan ka ng kamatayan sa
?brutal at biglaang paraan nito

* * *

Kung ang isang tao ay magkasakit, dapat nilang gawin

ang lahat ng kanilang makakaya upang malampasan ang
kanilang karamdaman. Kahit na sabihin sa kanila ng mga
doktor na wala nang pag-asa pang gumaling, dapat silang
manatiling kalmado dahil natatakpan ng takot ang
pakiramdam ng banal na presensya, na siyang
.makapangyarihan sa lahat

Sa halip na magpakasasa sa pagkabalisa at sikolohikal

na pagkabalisa, dapat tiyakin ng taong nagdurusa sa
kanyang sarili na siya ay ligtas at panatag sa ilalim ng
.proteksyon at mapagkaibigang pangangalaga ng Diyos

* * *

Ang pagkabalisa ay nangangahulugan ng pagkagambala

sa wireless system ng isip

Ang banal na himno ay isang himno ng kahinahunan at

katahimikan, at ang kaguluhan ay kalituhan

Ang katahimikan ay ang banal na tinig na nagsasalita sa
pamamagitan ng wireless na kaluluwa

* * *

Ang mga nagnanais na magbagong-buhay ay dapat
munang tukuyin ang mga positibong bagay na nais nilang
ipasok sa kanilang buhay, at pagkatapos ay magtakda ng
isang programa na kanilang sinusunod araw-araw, at
makakaramdam sila ng malaking kaligayahan bilang resulta
.ng pagtupad sa kanilang mga desisyon
Ang hindi pagsunod sa iskedyul ng pagpapabuti ng sarili
ay nagpapahina sa kalooban at naglalagay ng mga hadlang
sa daan ng pag-unlad

Ang tunay na kaibigan at pinakamatinding kaaway ng
isang tao ay ang kanyang sarili

Ang mga taong umaayon sa natural na kaayusan ng
buhay ay makakamit ng mabubuting tagumpay. Walang
batas ang pumipigil sa isang tao na magbago para sa
ikabubuti at makamit ang kanilang mga marangal na mithiin.

Walang hadlang ang makakapigil sa isang tao na maabot
ang kanilang matatayog na layunin maliban kung hindi nila
kinikilala ang mga balakid na iyon at kumbinsihin ang
.kanilang sarili na hindi nila malalampasan ang mga ito
Mula sa mga pinagmumulan ng inspirasyon

Walang pagkakaiba sa pagitan ng mga batas pisikal at
mga batas espirituwal, o ang mga himalang nangyayari
bilang resulta ng pag-unawa sa mga mekanismo ng pag-iisip
ng tao. Ang mga siyentipiko ay gumagawa ng mga himalang
gumagamit ng mga batas pisikal, at ang mga maunlad sa
espirituwal ay gumagawa ng mga himalang pangkaisipan. Sa
panahong ito ng mga himalang siyentipiko, na kinakikitaan
ng pagbaha ng hindi maisip na mga imbensyon at
inobasyon, dapat mas malalim na suriin ng mga siyentipiko
ang pag-aaral ng mga batas espirituwal na ginagamit ng
.mga may espirituwal na pananaw

Ang mga espirituwal na himala o banal na biyaya ay
simpleng paglalapat ng mga supernatural na batas ng
kosmiko. Para sa karaniwang tao, ang mga gawaing ito ay
tila mahimalang, ngunit sa katotohanan, ang mga ito ay
.paggamit ng ilang nakatagong, mas mataas na batas

Natikman ko na ang kagandahan ng bilyun-bilyong
bituin

Nakakalat sa lawak ng kalawakan
At mula sa mga inosenteng kasiyahan ay sinipsip ko ang
nektar

At gumawa ako ng apuyan kung saan ko sinunog ang
lahat ng aking kalungkutan

At dala ko ang mga sulo ng liwanag
At ang dalisay na pag-ibig ay itinanim sa bawat puso
Pinagsama nito ang pagmamahal ng ama, ina, at
kapatid

Ininom ko ito hanggang sa malasing ako
Ang mga aklat na espirituwal ay piniga para sa isang
patak ng kapayapaan

Ang mga tula ay nilikha na inspirasyon ng kalikasan
At ninakaw ko ang tamis mula sa pugad ng kaligayahan
Kinuha ko ang mahahalagang kahulugan mula sa
minahan ng pag-iisip

At nabasa ko
At ngumiti ako
At nagtrabaho ako
At nagplano ako
At ako'y tumitibok
Sabik ako

At lahat ng iyon ay hindi sapat
Nang mapagtanto niya na ang mga iyon ay mga
panaginip na kadalasang naglalaho
Bago matupad ang mga pangarap ng pusong nananabik

Ngunit sa sandaling itinaboy ko ang mga pangarap sa
akin

At ako'y nakaupo sa santuwaryo ng kapayapaan
Mas lalong lumakas ang aking pananabik
At narinig ko ang aking kaluluwa na umaawit
!Diyos lamang ang natitira

Ang bawat tao ay sumasalamin sa walang hanggang
kapangyarihan, at dapat nating ipakita ang kapangyarihang
iyon sa lahat ng ating ginagawa. Kapag nais nating lumikha
ng isang bagay, hindi tayo dapat umasa lamang sa mga
panlabas na mapagkukunan, kundi sa halip ay sumisid sa
ating panloob na kaibuturan at hanapin ang walang
.katapusang mapagkukunan

Ang lahat ng matagumpay na pamamaraan ng
paggawa, lahat ng imbensyon, lahat ng musikal na
bibrasyon, mga nakasisiglang ideya, at kahanga-hanga at
kahanga-hangang mga komposisyon ay nakatala sa mga
.talaan ng Diyos

Kailangan muna nating tukuyin ang layunin, pagkatapos
ay humingi ng tulong sa Diyos upang gabayan tayo sa
angkop na aksyon kung saan maipapahayag natin ang ating
mga enerhiya, at magnilay-nilay hanggang sa kumalma ang
isip at malinaw na makita ang susunod na hakbang na
.kailangang gawin

Kung gayon, dapat tayong kumilos ayon sa panloob na
patnubay na natatanggap natin, at ang ating ninanais ay
makakamit. Kapag ang isipan ay kalmado, ang mga bagay
ay mabilis at madaling magiging malinaw—kahanga-hanga
!nga iyon

Makakamit mo ang iyong mga mithiin at ang tagumpay
sa lahat ng bagay ay mapapasaiyo sa maikling panahon,
dahil ang mga puwersang pandaigdig ay may kakayahang
gumabay sa tamang batas at maipakita ang bisa nito. Kung

susuriin natin ang ating mga sarili, matatanto natin ang
.katotohanan nito, sa tulong ng Diyos

Isa sa mga disipulo ang nagtanong sa gurong si
Paramahansa tungkol sa pinakamabisang paraan upang
malampasan ang ipinagbabawal na tukso ni Satanas, at
:sinabi niya sa kanya

Maliban na lang kung matatag ka nang nasa
karunungan, dapat mo munang – kapag dumating ang tukso
– ihinto agad ang kilos o malakas na bugso ng damdamin at
.pagnilayan ang mga bagay-bagay pagkatapos
Kung susubukan mong mag-isip muna, madadaig ka ng
tukso laban sa iyong kalooban at makikita mo ang iyong
sarili na ginagawa ang bagay na ayaw mong gawin, dahil sa
.kasong ito, madadaig ng tukso ang katwiran

Ang kailangan mo lang gawin ay sabihing matatag,

"Hindi ko gagawin 'yan," pagkatapos ay bumangon at
umalis. Iyan ang pinakasiguradong paraan para makatakas
.sa mga patibong ng diyablo

Habang lalo mong nililintang ang kapangyarihan ng
"Ayoko na" sa panahon ng obsessive attacks, mas lumalakas
ka at mas magiging masaya ka, dahil ang kaligayahan ay
nakasalalay sa paggawa ng sinasabi sa iyo ng iyong
.konsensya

Kapag sinabi mong "hindi" sa pang-aakit, dapat mong
sabihin ang ibig mong sabihin at dapat mong seryosohin ang
.sinasabi mo

Huwag sumuko at tandaan na ang mga mahihina ang
kalooban ay laging nagsasabing "oo," habang ang mga
"dakilang kaluluwa ay puno ng mga pampanitikang "hindi

Sa espirituwal na pagsasanay, natuto kaming kontrolin
ang aming mga emosyon at mga salpok, hindi hinahayaang
diktahan ng aming mga personal na kagustuhan ang aming
buhay. Nagpasalamat kami sa lahat ng ibinigay sa amin ng

Diyos. Napakarami na ng mga tao, ngunit marami ang patuloy na hindi nasisiyahan at nagrereklamo, nakakaramdam ng hindi kasiyahan kahit wala silang anumang bagay, na parang wala silang anumang ari-arian, .at ang kanilang mga pagnanasa ay tila walang katapusan

Sa umaga, pagkatapos ahitin ng asawang lalaki ang kanyang balbas—at marahil ang kanyang bigote—ay naghugas ng mukha, at nagbihis, ang susunod na gusto niya ay ang almusal. Pagkakain niya ng ilang subo ay hinangad niya na sana'y naghanda ang kanyang asawa ng mas bagay sa kanyang panlasa, habang ang asawa naman ay naghahangad na magkaroon siya ng mas maayos na .kubyertos, plato, at pinggan

Kaya naman, araw-araw, hinahangad nila ito at iyon hanggang sa wala nang makakapagbigay-kasiyahan sa kanila, at nawawalan ng lapit ang kanilang mga relasyon, at nawawalan pa nga sila ng kaligayahan mismo. Dahil sa hinanakit na kanilang nararamdaman, tinatalikuran nila ang mga pinakamalapit sa kanila. Nagrereklamo at nakikipagtalo ang asawang babae sa asawang lalaki, sinisigawan ng asawang lalaki ang mga anak, at nagrerebelde ang mga anak at nahuhulog sa gulo kasama ang masasamang kasama. Ang punto ay ito: hindi mali ang magmay-ari ng mga bagay, ngunit mali ang hayaang angkinin tayo ng mga ari-arian. Ang mga naghahangad ng kaligayahan ay hindi .dapat maging labis na mapang-api o mapang-api

Ang paraiso ko ay nasa loob ko, at kapag ako'y nagagalak sa isang magandang tanawin o sa pakikipagkita sa mga mahal kong kaibigan, ang aking panloob na paraiso ay nagpapatindi sa aking kasiyahan sa tanawing iyon o sa pagkakita sa mga kaibigang iyon. Kung wala ang panloob na kasiyahang iyon, kahit ang paraiso sa lupa ay nagiging isang .hindi matiis na impyerno

Ang pagkaunawa na ang lahat ng kapangyarihan ng pag-iisip, pagsasalita, pakiramdam, at pagkilos ay

nagmumula sa Diyos, at Siya ay laging kasama natin,
nagbibigay-inspirasyon at gumagabay sa atin, ay nagdudulot
ng agarang paglaya mula sa pagkabalisa, kalituhan, at
pagkalito. Sa pagkaunawang ito, lumilitaw ang mga kislap ng
.banal na kagalakan

Minsan, isang malalim na espirituwal na liwanag ang
tumatagos sa buong pagkatao, nagtatatag at nagbubura sa
.konsepto ng takot

Tulad ng mga alon sa karagatan, ang banal na
kapangyarihan ay dumarating nang may malaking
momentum, dumadaan sa puso at hinuhugasan ito ng isang
makapangyarihang pinagpalang agos, inaalis mula rito ang
lahat ng mga balakid at hadlang ng mga pagdududa,
.nerbiyos, at takot

Kapag nahawakan natin ang banal na presensya, ang
ilusyon na tayo ay mga pisikal na katawan lamang ay
nawawala. Ito ay makakamit sa pamamagitan ng malalim at
nakatatutok na espirituwal na pag-iisip, pagmumuni-muni sa
Diyos, at paghingi ng tulong sa Kanya upang buksan ang
.ating mga isipan

Saka natin napagtanto na ang katawan ay isa lamang
maliit na bula ng enerhiya sa kosmikong karagatan ng Diyos

Kapag ang isang tao ay binabagabag ng matinding
sikolohikal na karanasan o nadaig ng matinding takot, dapat
niyang subukang matulog

Kung magagawa niya iyon, matutuklasan niya
pagkagising na nawala na ang sikolohikal na tensyon, at
lumuwag na ang kapit ng mga takot, dahil kapag ang
kaluluwa ay pumasok sa estado ng pagtulog, pansamantala
itong nakakabangon mula sa mga problemang orihinal na
nauugnay sa pagkakabit sa katawan at sa mga karanasan
.nito

Ang isang mas dakilang kalagayan ay ang paghawak sa
mas mataas na kamalayan sa pamamagitan ng malalim at

malay na pagmumuni-muni. Dapat nating ipasiya na walang anumang makakagambala sa ating kapayapaan o .makakaagaw sa atin ng ating katahimikan

Kapag ang isip ay lubos na nalubog sa mga pangyayari sa buhay, hindi nito mauunawaan ang tunay na katangian ng isang masayang espirituwal na kaluluwa. Ngunit kapag tayo ay kumikilos habang sabay na inaalala ang ating malapit na kaugnayan sa Diyos, na ang Kanyang liwanag ay nakapalibot sa atin at ang Kanyang kapayapaan ay nananahan sa atin, kung gayon ang mga pangyayari ay hindi makakaapekto sa atin, at ang mga hindi kanais-nais na pangyayari ay hindi .makakagambala sa ating kapayapaan

Dapat bantayan ng isang tao ang kanilang mga bugso ng damdamin. Kumakain ang taong matakaw, gayundin ang taong espirituwal na may disiplinadong mga tendensiya. Kung gayon, pinahihintulutan bang sabihin na ang pagkain ay isang kasalanan dahil lamang sa madalas itong iniuugnay ?sa katakawan

Ang kasalanan ay nasa pag-iisip, sa mga motibo. Ang taong matakaw ay kumakain upang mapawi ang kanyang gutom, at ang taong espirituwal ay kumakain upang mapanatiling malusog ang kanyang katawan, at mayroong .malaking pagkakaiba sa pagitan ng dalawa

Upang mapag-iba ang tama at mali, dapat magmuni-muni at tanungin ang sarili kung tama o mali ang gagawin.

.Dapat tayong maging ganap na tapat sa ating sarili

Kapag ang isang tao ay tapat sa kanilang sarili, malamang na hindi sila magkamali, at kahit na magkamali sila, mabilis nilang maitutuwid ang kanilang landas. Dapat tayong magabayan ng ating konsensya sa ating ginagawa dahil ang konsensya ang siyang puwersang nakakapag-alam .sa loob natin

Gaano man karami ang ating mga gawain at pangako,
hindi natin dapat kalimutang palayain ang ating mga isipan
paminsan-minsan mula sa mga alalahanin at lahat ng iba
.pang alalahanin at abala

Sikapang huwag mag-isip ng mga negatibong bagay
kahit isang minuto sa bawat pagkakataon, na nakatuon sa
panloob na kapayapaan, lalo na kung ikaw ay balisa at
.nabibigatan ng pag-aalala

Pagkatapos ay pinalawig niya ang oras nang ilang
minuto, inaalala ang ilang masasayang pangyayari at
okasyon

Alalahanin ang ilang matatamis na alaala na nag-iwan
ng magandang impresyon sa iyo at subukang balikan ang
mga ito sa lahat ng detalye, at unti-unti mong matutuklasan
na nakalimutan mo na ang iyong mga alalahanin at ang
.iyong mga takot ay nawala na

Pagbuo ng panloob na kapaligiran

Kung nais ng isang tao na bumuo ng isang malusog na
panloob na kapaligiran, dapat silang magsanay ng mga
panahon ng katahimikan at hindi laging magbiro, at maging
.masayahin, masayahin, at nakangiti

Ang walang kabuluhan ay nagpapakalat ng
mararantal na damdamin, at parang bala na nauubos ang
lakas nito sa pamamagitan ng pag-uusap tungkol sa mga
walang kabuluhan at walang kwentang bagay, kaya nagiging
sanhi ng pagkawala ng isang mahalaga at mahalagang
.sikolohikal na mapagkukunan

Ang kamalayan ay parang isang sisidlan ng gatas;
kapag puno ng kapayapaan ng pagmumuni-muni, pinong
mga kaisipan, at damdamin, dapat itong panatilihin buo.
Ang kalokohan at ang mala-loro na daldalan ay mga maling
libangan na lumilikha ng mga butas sa gilid ng sisidlan ng
kamalayan, na nagiging sanhi ng pagtagas at pagkawala ng
.gatas ng panloob na kapayapaan

Hindi ito nangangahulugan na ang isang tao ay dapat
maging labis na istrikto, seryoso, at tahimik, bagkus ay
nangangahulugan ito ng pag-iwas sa pangungutya,
sarkasmo, panlilibak, at hindi makatwiran at di-makatwirang
.pananalita

Naaalala ko pa rin ang kahanga-hangang pagsasanay na
natanggap ko mula sa mga dakila. Kapag kami ay
:nagkukwentuhan at nagdadaldalan, sinasabi nila sa amin
Bumalik kayo sa inyong mga panloob na kuta at huwag"
ninyong patayin ang inyong mga sarili nang walang awa,
nang sa gayon ay mawala ang inyong espirituwal na
pananaw at ang inyong kapayapaan ay tumakas mula sa
".inyo nang walang kapalit

Hindi madaling intindihin noon, pero ngayon
naiintindihan ko na ang daan ng kapayapaan na itinuro nila
.sa atin

Mga deposito ng kapayapaan

Kung ang isang tao ay patuloy na nagsusulat ng mga
tseke nang hindi nagdedeposito ng anumang pera sa
kanilang bank account, mauubos ang kanilang pera at
.mawawalan ng laman ang kanilang balanse
Gayundin, kung ang isang tao ay hindi regular na
maglalaan ng kapayapaan sa kanyang buhay, ang kanyang
reserbang lakas, katahimikan, at kaligayahan ay
mababawasan at kalaunan ay maglalaho, na hahantong sa
emosyonal, mental, pisikal, at espirituwal na
pagkabangkarote. Ang pagmumuni-muni sa Diyos at
pagdanas ng Kanyang pinagpalang presensya ay
nagpapanumbalik ng ating panloob na lakas at
nagpapanumbalik sa atin ng lahat ng kinakailangang
.mahahalagang elemento

Sa halip na mamuhay lamang sa kasalukuyan,
sinusubukan nating mamuhay sa nakaraan at hinaharap
nang sabay, na naglalagay ng mabigat na pasanin sa isipan,

nagpapapagod dito at naglilimita sa kakayahan nitong harapin nang epektibo ang mga bagay-bagay. Kaya naman dapat nating pagaanin ang ating pasanin sa pag-iisip. Ang nakaraan ay wala na magpakailanman, kaya bakit pa natin ?ito isasaisip

Hayaang harapin ng isip ang mga pasanin nito nang paisa-isa, hindi nang sabay-sabay. Kinakain lamang ng sisne ang solidong laman ng likidong sinasalok nito gamit ang tuka nito; gayundin, dapat nating isaisip lamang ang mga aral na natutunan natin mula sa nakaraan at kalimutan ang mga .hindi kinakailangang detalye

Malaki ang maitutulong nito para mapagaan ang loob.

Ang kasiyahan ng modernong tao ay ang pagpaparami ng kanyang mga ari-arian at pagkakaroon ng higit pa, anuman .ang kakulangan at pagdurusa ng iba

Ngunit hindi ba't mas makabubuti para sa isang tao ang mamuhay nang simple, nang walang labis na luho at may kaunting kasabikan at pagkabalisa? Walang kasiyahan sa pagmamadali hanggang sa puntong hindi na nasisiyahan sa .kung anong mayroon ang isang tao

Darating ang araw na magigising ang mga tao mula sa kanilang espirituwal na pagkakatulog at magsisimulang malampasan ang kanilang pangangailangan para sa mga materyal na ari-arian. Darating ang araw na matutuklasan nila na ang isang mas simpleng buhay ay nagdudulot ng .higit na seguridad, kapayapaan, at katahimikan

Ang pagbihag sa puso ng mga tao gamit ang kapangyarihan ng pag-ibig ang pinakadakilang tagumpay na makakamit ng sinuman sa buhay

Ito ang mga pinakakahanga-hangang nagawa ng mga dakilang taong nabuhay at namatay para sa iba. Ang mga may napakalaking materyal na kapangyarihan na nabubuhay lamang para sa kanilang sarili ay mabilis na nababalot ng limot. Ngunit ang mga nabubuhay para sa iba .ay nananatiling naaalala magpakailanman

Ang mga propeta ay walang mga tronong ginto noong
kanilang paglalakbay sa lupa, ngunit sila ay nakaupo sa
trono ng pag-ibig sa puso ng milyun-milyon. Iyan ang
pinakamahusay na trono na maaaring maupo ng sinumang
.tao

May isang taong dumarating sa mundong ito na umiiyak
habang ang lahat ay nagsasaya sa kanilang pagdating.
Kailangan nilang magtrabaho at maglingkod sa itinakdang
panahon ng kanilang buhay upang kapag dumating ang oras
ng paglisan nila sa mundong ito, aalis sila nang nakangiti
.habang ang mundo ay nagluluksa para sa kanila
Nilikha ng Diyos ang mundong ito upang magamit ng
sangkatauhan ang talino nito upang makamit ang
espirituwal na kaalaman at maunawaan ang banal na
Kaisipan. Ang kaisipang ito ay isang makapangyarihang
puwersa, at ang puwersang ito ay dapat ituon sa tamang
.paraan upang makinabang ang sarili at ang iba
Kung hindi tayo binigyan ng Diyos ng pag-ibig sa
pamamagitan ng pagtatanim ng Kanyang pag-ibig sa ating
mga puso, hindi natin kailanman malalaman ang pag-ibig ng
.tao

Dahil ang Diyos ay napakabukas-palad at mapagmahal
sa atin, Siya ang dapat nating maging intensyon at layunin
ng ating paghahanap. Ayaw Niyang ipilit ang Kanyang sarili
sa atin, ngunit walang kaligayahan ang makakamit nang
.hindi Siya iniisip at nakikipag-ugnayan sa Kanya
Ang mahiwagang paraan ng paggana ng katawan at
isipan, na siyang nagpapaiba sa atin sa lahat ng ibang
nilalang, at sa bawat iba pang kamangha-mangha at
kababalaghan sa buhay, ay dapat sapat upang mag-udyok
sa atin na hanapin at tuklasin ito. Ang mga taong taimtim at
masigasig na nagsisikap ay magtatagumpay sa kanilang
.pagsisikap at makakamit ang kanilang layunin
Noong una kong tahakin ang landas na ito, ang buhay
ko ay magulo at hindi organisado noong una, ngunit sa

pamamagitan ng paulit-ulit na pagtatangka at patuloy na pagsisikap, ang mga ulap ay nagsimulang luminaw at ang mga bagay-bagay ay naging kamangha-manghang malinaw. Ang lahat ng nangyari sa akin ay matibay na patunay ng pagkakaroon ng Diyos at ang posibilidad na makipag-ugnayan at makilala Siya sa buhay na ito

O, ang kapayapaan at katahimikan na matatagpuan ng naghahanap kapag natagpuan ang Diyos! Ang mundo ay magiging maliwanag at nakangiti, ang lahat ay magiging maayos, at walang anumang bagay ang makapagdudulot ng takot sa puso

Ganito natin dapat harapin ang mga hamon at labanan ang laban ng buhay nang may katapangan at tibay ng loob na nararapat sa mga anak ng buhay at liwanag

Kapag pakiramdam natin ay kailangan nating gawin ang napakaraming bagay nang sabay-sabay, tayo ay lubos na nabibigo

Sa halip na mag-alala tungkol sa kung ano ang dapat :gawin, mas mabuting sabihin na

Akin lamang ang oras na ito, at gagawin ko ang lahat" ng aking makakaya nang hindi hinahayaang madaig ako ng ".presyur

Hindi kayang umikot ang isang orasan ng 24 oras sa isang minuto, at gayundin, hindi mo magagawa sa loob ng .isang oras ang kailangan ng 24 oras para magawa ito

Dapat tayong gumawa ng sapat na pagsisikap upang gawin ang kailangan nating gawin sa kasalukuyang sandali at gawin ito nang mahinahon at walang stress, at ang .hinaharap ay bahala sa sarili nito

Tangkilikin ang kasalukuyang sandali at subukang makiisa sa mga bibrasyon ng kapayapaan

Habang ginagawa mo ito nang mas madalas, mas mararamdaman mo ang isang pinagpalang kapangyarihan

sa loob mo na gumagawa para sa iyong kapakinabangan,
.nagpapayaman sa iyong buhay at nagpapasaya sa iyo

Pagharap sa takot at pagkabalisa

Ang pagkabalisa ay lumilitaw sa puso bilang resulta ng
pakiramdam ng sakit. Kaya, nakikita natin na ang takot ay
batay sa mga nakaraang karanasan. Marahil ang tao ay
nadapa noon at nabali ang kanyang binti, at samakatuwid ay
.natatakot na maulit ang parehong karanasan

Ang patuloy na pagtutuon ng pansin sa mga ganitong
masasakit na pagsubok ay nagpaparalisa sa kalooban at
nerbiyos, na maaaring humantong sa pagkatumba at
pagkabali muli ng binti! Bukod pa rito, kapag ang puso ay
naparalisa ng takot, ang sigla ng katawan ay bumababa sa
pinakamababang antas nito, na nagpapahintulot sa mga
mikrobyo ng sakit na sumalakay sa katawan at magdulot ng
.pinsala

Halos walang taong hindi natatakot sa sakit. Ang takot
ay ibinigay sa tao bilang isang kasangkapan sa pag-iingat
upang maiwasan ang sakit, at ang layunin nito ay hindi
.upang palakihin ito at patuloy na pag-isipan

Ang patuloy na pagkahumaling sa takot ay
humahadlang sa ating mga pagsisikap na maiwasan ang
mga kahirapan at lutasin ang mga problemang kinakaharap
natin. Ang isang pantay na takot ay batay sa karunungan,
tulad ng pagsasaalang-alang na ang isang partikular na
pagkain ay hindi malusog kahit na gusto mo itong kainin.
Ang takot sa sakit ay sumasalamín sa sakit. Ang mga tao ay
nagdudulot ng sakit sa kanilang sarili sa pamamagitan
lamang ng pag-iisip tungkol dito. Kung palagi kang natatakot
na sipunin, mas madali kang dapuan nito, anuman ang
.gawin mo para maiwasan ito

Huwag mong hayaang maparalisa ng takot ang iyong
kalooban at nerbiyos. Kapag ang pagkabalisa ay labis na
nabibigatan sa iyo, nakakatulong kang lumikha ng mismong
karanasang kinatatakutan mo. Hindi rin matalino na

gumugol ng masyadong maraming oras sa mga taong
palaging nag-uusap tungkol sa kanilang mga sakit at
kahinaan. Ang pagtutuon sa mga bagay na ito ay maaaring
.magtanim ng mga buto ng takot sa iyong isipan

Ang mga natatakot na magkaroon ng pulmonary
tuberculosis, kanser, o sakit sa puso ay dapat alisin ang
takot na ito sa kanilang mga iniisip, dahil baka ito ang
.magdulot sa kanila ng mga hindi kanais-nais na kondisyon
Para sa mga maysakit at matatanda, kailangan nila ng
kaaya-aya at kaaya-ayang kapaligiran hangga't maaari,
kasama ang mga taong may malakas at positibong ugali,
upang sila ay hikayatin at pasiglahin ang kanilang espiritu sa
.pamamagitan ng positibong mga kaisipan at damdamin
Ang kaisipan ay may malaking kapangyarihan. Bihirang
magkasakit ang mga manggagawa sa ospital dahil sa
kanilang tiwala sa sarili; sa katunayan, ang kanilang
malalakas na kaisipan ay nagpapanibago ng kanilang
enerhiya at nagbibigay sa kanila ng patuloy na suplay ng
.sigla

Awit ng Pananabik

Taglay ang matinding pananabik, itinataas ko sa iyo ang
mga awit ng aking puso
Inilalagay ko sa harap mo ang lahat ng aking espirituwal
na kayamanan

Tinipon ko para sa iyo ang pulot ng nag-uumapaw na
pagmamahal at matibay na katapatan
Sa mga selula ng aking konsensya; lahat ng akin ay iyo
rin

O Panginoon, ako'y nauuhaw sa disyerto ng mga huwad
na pag-asa at mga tigang na pagnanasa
At ngayon ay ininom at pinawi ko na ang aking uhaw
mula sa mga bukal ng iyong pag-ibig at kapayapaan
Wala na akong uhaw sa mga makamundong pagnanasa

Nararamdaman ko ang iyong pinagpala at mabangong
simoy ng hangin na dumadaloy patungo sa akin, at ako'y
napanariwa

At ang mga kandila ng aking kaligayahan ay
nagniningning sa liwanag ng iyong kagalakan
Halos mamatay na ako sa uhaw at pagod
Sa gitna ng mapanlinlang na mga oasis sa lupa
At ngayon ako'y nakalubog sa masayang alon ng iyong
pinagpalang espiritu

Gusto kong malunod sa banal mong dagat at mabuhay
!magpakailanman sa piling mo
Ang wika ng mga bulaklak
Ang Diyos ang pinakadakilang artista
Ang ganap nitong kagandahan ay makikita sa
kagandahan ng mga bulaklak
Kay sarap siyang isipin tuwing nakakakita tayo ng mga
!bulaklak at rosas

Ang Diyos ay hindi nakikita
Gayunpaman, kinakausap niya tayo
Sa pamamagitan ng mga bulaklak
At libu-libong iba pang maganda at kaibig-ibig na mga
nilalang

At pinupuno tayo nito ng makalangit na halimuyak
Pinatutunayan Niya sa atin araw-araw ang Kanyang pag-
iral sa pamamagitan ng Kanyang mga nilalang
Ang mga bulaklak ay nilikha para sa isang layunin
Naglilingkod siya sa lahat gamit ang kanyang
kagandahan, isang mapagpakumbabang serbisyo
Pinag-usapan namin ang mga kababalaghan ng Diyos
nang higit sa lahat
Ang bawat bulaklak ay nagkukuwento ng sarili nitong
kaaya-ayang presensya ng Diyos
Ang mga bulaklak ay ginamit sa loob ng maraming siglo
Hindi lamang para sa dekorasyon, kundi upang ihayag
ang halimuyak at kagandahan ng Diyos

Mararamdaman natin ang presensya ng Diyos sa
pamamagitan ng mga bulaklak at rosas

Dahil ang bawat bulaklak ay isang banal na istruktura
kung saan natin nakikita ang isang manipestasyon ng Diyos

Ang maganda na mahilig sa kagandahan
Isaalang-alang ang mga liryo sa parang, huwag maging}
{si Solomon sa lahat ng kanyang kaluwalhatian
Nakadamit siya na parang isa sa kanila

Mga Pag-aalala: Ang kanilang kalikasan at kung paano
haharapin ang mga ito

Walang silbi ang mga pag-aalala, lalo lang nitong
pinapabigat ang ating mga puso ng mas maraming pag-
aalala

Kapag umalis ka o natapos mo na ang iyong araw ng
trabaho, kalimutan mo na lang. Huwag mo itong isaisip at
.iuwi

Ang mga alalahanin ay bumubuo ng isang makapal na
patong ng madilim at mapanglaw na ulap sa paligid ng
isipan, na nagiging sanhi ng pagkatisod ng isa dahil ang
kanilang landas ay hindi malinaw at madali Dapat tayong
matutong umasa nang higit pa sa Diyos Ito ay isang agham
sa sarili nito at isang hindi nagbabagong banal na batas na
hindi nagbabago o nagpapabago Sinumang gumawa ng
kanilang makakaya at kasabay nito ay humingi ng banal na
tulong ay aalisin ang mga balakid sa kanilang landas, ang
tindi ng mga kahirapan ay mababawasan, at magbubukas
ang Diyos ng mga pinto para sa kanila {Sinumang magtiwala
sa Diyos, sasapat Siya sa kanila} {Ihagis ang iyong mga
alalahanin sa Panginoon, at pamamahalaan Niya ang mga
ito}

Alamin—nawa'y dagdagan ng Diyos ang iyong kaalaman
—na laging may paraan palabas sa mga kahirapan at
alalahanin sa buhay. Kung tayo ay hihinto at magmumuni-
muni nang kaunti, at maingat na pag-iisipan ang pag-aalis
ng sanhi ng ating pagkabalisa sa halip na pag-isipan ito nang

matagal, magbubukas ang Diyos ng mga pinto para sa atin
.at gagabayan tayo sa mga landas na hindi natin inakala
Maraming tao ang lumalapit sa akin upang pag-usapan
ang kanilang mga alalahanin, kaya hinihiling ko sa kanila na
kumalma at magnilay-nilay, humingi ng tulong mula sa
Diyos, at huwag mag-isip ng ibang paraan upang malutas
ang kanilang mga problema hangga't hindi sila
nakakaramdam ng kapanatagan at espirituwal na
.kapayapaan

Kapag ang isip ay kalmado, ang banal na kapayapaan
ay bumababa sa kaluluwa, at ang pananampalataya ay
lumalakas, ang mga solusyon sa mga problema ay lilitaw
.tulad ng araw na sumisikat mula sa likod ng mga bundok
Ang pagbalewala sa mga problema ay hindi garantiya
ng pag-alis ng mga ito, ni ang pag-aalala tungkol sa mga ito
ay nagdudulot ng positibong resulta

Magnilay-nilay hanggang sa maging kalmado ka,
pagkatapos ay isipin ang iyong problema at taimtim na
manalangin sa Diyos para sa tulong. Ituon ang pansin sa
problema, at makakahanap ka ng solusyon nang walang
.pag-aalala o matinding pagsisikap

Ang isang taos-puso at taos-pusong panalangin ay
palaging sasagutin ng Diyos. Ngunit kung ang panalangin ay
hindi iaalay nang may alab at katapatan, malinaw na hindi
.ito sasagutin

Napagtanto ng lahat na sa isang punto, natupad ang isa
.sa kanilang mga kahilingan dahil sa panalangin
Kapag ang isang kahilingan ay naging isang pananabik,
naaantig nito ang puso ng Diyos at ipinagkakaloob Niya ang
ninanaais

Kapag may ninanaais ang Diyos, ang buong kalikasan ay
tumutugon sa Kanyang kalooban
Tumutugon ang Diyos kapag tayo ay bumaling sa Kanya
nang buong puso, nang may malalim na pananampalataya
at matibay na determinasyon

Minsan, tumutugon Siya sa pamamagitan ng paglalagay
ng isang ideya sa isipan ng isang tao na gagana upang
.matugunan ang iyong hangarin o pangangailangan
Ang gayong tao ay nagsisilbing kasangkapan sa mga
kamay ng Diyos upang makamit ang ninanais na resulta
Hindi alam ng mga tao kung paano gumagana ang
makapangyarihang puwersang ito
Gumagana ito nang may lubos na tumpak na mga
kalkulasyon, na walang iniwang puwang para sa "kung" o
""kung hindi
Ito ang ibig sabihin ng "paniniwala sa mga bagay na
"hindi nakikita
At Siya ay magbibigay ng panustos sa kanya mula sa
lugar na hindi niya inaasahan
Mula sa mga himno ng kaluluwa
Bumuntong-hininga ang mga puno
At ang hangin ay nagsasaya
At ang araw ay ngumiti
At ang ilog ay patuloy na dumadaloy
At ang mga langit ay tumataas sa itaas
mga batik na kulay rosas-pula
At binabago ng lupa ang itim nitong balabal
Mga diyamanteng may bituin
Para isuot sa araw
Isang nakasisilaw na ginintuang suit
Pinalamutian at pinapaganda ng kalikasan ang sarili nito
Sa masayang kulay ng sunod-sunod na mga panahon
At ang umaagos na batis
Hindi mo kailanman sinubukang magsalita
May mga boses na may bahid ng pagkautal
Sa nakatagong pag-iisip
At nagmumula sa kaibuturan ng kaluluwa
At ang mga ibon ay umaawit
At sinusubukan niyang umamin
Sa mga bagay na hindi alam

Ito ay gumugulo sa loob niya
Ngunit tao
Marunong magsalita at magpaliwanag
Sa malinaw at tahasang mga salita
Tungkol sa bagay na hindi nagawa ng lahat
Tungkol sa pagbubunyag nito
Tungkol sa Panginoon ng Sansinukob
Naroroon sa lahat ng dako
Pagpapataas ng kamalayan
Ang ating panloob na sikolohikal na kapaligiran ay
hinuhubog ng ating interaksyon sa ating panlabas na
kapaligiran mula sa mga pinakaunang yugto ng buhay
Ang panloob na kapaligirang ito at mga gawi sa
intelektwal, bilang karagdagan sa mga pagnanasa at hilig na
hinubog ng mga nakaraang buhay, ay kadalasang
gumagabay sa ating mga kilos at pag-uugali sa isang
.awtomatikong paraan
Tungkol naman sa pagbabagong-anyo ng intelektwal, o
ang pag-angat ng kamalayan mula sa katawan patungo sa
espiritu at mga espirituwal na katotohanan, sa simula ng
buhay, nasisiyahan ang kaluluwa na ipakita ang sarili at
ipahayag ang mga hangarin nito sa pamamagitan ng
katawan, at bilang resulta, ito ay nagiging bilanggo ng
.katawan
Dapat nating sanayin ang ating mga sarili na mamuhay
sa antas na mas mataas kaysa sa pisikal na antas. Ang pag-
unlad ng kaisipan ay malapit na nauugnay sa pisikal o
materyal na paglago. Samakatuwid, ayon sa natural na
ebolusyon, ang kaluluwa ay dumadaan sa maraming yugto
upang maabot ang antas ng espirituwal na kamalayan, na
nagpapaliwanag kung bakit ang materyal na tagumpay ay
.unang nakakamit, na sinusundan ng tagumpay ng kaisipan
Walang dudang kapaki-pakinabang ang mga tagumpay
sa pag-iisip, dahil sa pamamagitan ng mga ito ay natututo

tayong baguhin ang mga pisikal na pangangailangan tungo
.sa espirituwal na seguridad
mapanganib na pagliko

Ang mga problemang kinakaharap ng mundo ngayon ay
hindi nilikha ng Diyos. Bagkus, ang mga ito ay bunga ng
mahahabang taon ng maling pag-iisip at mga maling aksyon
ng sangkatauhan sa kabuuan. Kung ano ang itinanim ng
.mga tao, iyon ang dapat nilang anihin

Ang tao ay umabot na sa isang mapanganib na punto ng
pagbabago at nasa isang sangandaan. Maaari niyang sirain
ang kanyang sarili gamit ang mga paraan ng digmaan na
kanyang naimbento o bumaling sa isang mas mataas na
paraan ng pamumuhay at dalhin ang Diyos sa kanyang
buhay sa pamamagitan ng pagsunod sa mga moral, etikal,
at espirituwal na pagpapahalagang itinataguyod ng mga
.propeta at pantas. Ang pagpili ay atin

Panahon na para tukuyin ng sangkatauhan ang kanyang
posisyon at magpasya kung aling landas ang dapat nitong
tahakin: alinman sa tungo sa kaguluhan at pagkawasak o
tungo sa mas mataas na unibersal na mga mithiin na
hinihiling ng mga makalangit na relihiyon upang iligtas ang
mga kaluluwa at ang mundo mula sa pagdurusa at mga
.kalamidad

Kung gagampanan ng isang tao ang kanyang tungkulin
ayon sa nararapat, at binibigyang-inspirasyon ng mga batas
ng kabutihan, pag-ibig, at banal na moralidad, tiyak na
.maglalaho ang kadiliman at maglalaho ang kadiliman
Walang lohika o katwiran para sa mga trahedya na
nasasaksihan ng mundo, ni para sa walang kabuluhang
karahasan na nagaganap sa bawat bansa. Ang dahilan sa
likod ng lahat ng ito ay ang sangkatauhan ay nalayo sa
kanyang Lumikha at nawala ang tunay na koneksyon nito sa
.Kanya

Walang nakikitang lohikal na katwiran ang mga tao para
hindi ilabas ang kanilang mapait na negatibong damdamin

at ilabas ang kanilang galit sa iba, at iniisip nila na ang tanging paraan para malutas ang mga problema ay sa .pamamagitan ng mga armas at pagkitil ng buhay Ngunit nais ng Diyos, ng Kanyang mga propeta, at ng Kanyang mga dakilang tao na ang mga tao ay mamuhay nang may pagkakaisa at magtulungan sa katuwiran at .kabanalan

Ang iyong tunay na sarili ay may mga ugat na kosmiko. Ang mga ugat na ito ay kumukuha ng kanilang lakas mula sa kosmikong pinagmumulan, na siyang Diyos, ang pinagmulan ng lahat ng kapangyarihang umiiral. Ang limitado, mas maliit na sarili, o "ego," ay isang maliit na bahagi lamang ng kung ano ang maaaring makuha mula sa loob at maipakita sa .realidad

Ang iyong mahalagang sarili ay naglalaman ng walang katapusang potensyal na naghihintay na ma-activate, magamit, at makinabang mula sa Ipinapahayag ng lahat ng dakilang guro na sa loob ng katawan ay naroon ang imortal na kaluluwa, na isang kislap ng liwanag ng Diyos na pumupuno sa pag-iral at .sumusuporta sa lahat ng nilikha

Alam mo ba kung paano ginugugol ng mga tao ang kanilang buhay? lilan sa atin ang nakakaalam ng tamang paraan ng pamumuhay, at kung paano tayo makikinabang .sa buhay kung ilalaan natin ito nang matalino at matipid Una sa lahat, dapat nating maging maingat sa ating oras. Ang oras ay lumilipas at nawawala bago pa man natin ito namamalayan, at ito ang dahilan kung bakit madalas nating nabibigong pahalagahan ang oras na ibinigay sa atin .ng Diyos

Kayraming oras ang nasasayang sa wala! At kay kaunti ang humihinto upang magnilay-nilay at isaalang-alang kung ano ang maaaring ialok sa atin ng buhay. Karamihan sa mga

tao ay hindi nag-iisip nang malalim; ginugugol nila ang kanilang buhay sa pagkain, pagtulog, at pagpapakasasa sa libangan, pagkatapos ay iniwan ang mundong ito na walang .gaanong maidudulot

Mahalagang makilala ang pagkakaiba ng mga pangangailangan at mga kagustuhan. Napakakaunti ng mga aktwal na pangangailangan, ngunit hindi mabilang ang mga kagustuhan. Upang matagpuan ang kalayaan at panloob na kapayapaan, dapat nating tugunan ang ating mga pangangailangan at itigil ang paghabol sa walang katapusang mga pagnanasa at paghabol sa panandaliang kaligayahan sa mundo, tulad ng isang malikmata sa disyerto na hindi nagpapalusog sa nauuhaw ni nakakabusog sa .nauuhaw

Habang mas umaasa ang isang tao sa mga panlabas na pangyayari upang makamit ang kaligayahan, lalo silang nalalayo sa pagdanas nito. Ang paglinang at pag-aalaga ng pagnanais para sa mga luho ay isang tiyak na landas patungo sa pagtaas ng kalungkutan at pagkaalipin sa mga .ari-arian

Dapat nating bawasan ang ating mga pangangailangan at gugulin ang ating oras sa paghahanap ng tunay na kaligayahan o espirituwal na kaligayahan

Ang kaluluwa ay hindi kailanman nagbabago; ito ang walang hanggang esensya na nakatago sa likod ng tabing ng limitadong kamalayan ng tao, na puno ng lahat ng uri ng .sakit, pagkabigo, at kamatayan

Dapat nating itaas ang mapanlinlang na tabing ng pabagu-bago at pagbabago at magpahinga sa ating walang hanggang kalikasan. Dapat nating itatag ang ating kamalayan sa bato ng katatagan at panloob na katahimikan, na siyang trono ng banal na kapayapaan na lumalampas sa pang-unawa, at pagkatapos ay matitikman natin ang matamis na bukal ng kaligayahan na dumadaloy mula sa .mga pinagpalang bukal ng Espiritu, araw at gabi

Makakamit ang kaligayahan sa pamamagitan ng
disiplina sa sarili, paglinang ng mga simpleng gawi sa
pamumuhay at pinong pag-iisip, at pagiging matipid sa pera,
kahit na kumikita tayo nang higit sa kailangan natin upang
matugunan ang ating mga pangunahing pangangailangan.

Dapat din tayong tumulong sa iba at tulungan sila sa
.pagtulong sa kanilang sarili

May isang di-nakasulat na batas na nagsasaad na
sinumang tumutulong sa iba na makamit ang kasaganaan at
kaligayahan ay makakatanggap ng tulong mula sa hindi
inaasahang mapagkukunan, at ang kanilang sariling
kasaganaan at kaligayahan ay lalago. Ito ay isang palagian
at hindi nagbabagong batas, at mapalad ang mga
namumuhay ayon dito, sapagkat sila ay mapabilang sa mga
maligaya. Hindi ba't mas mabuting mamuhay nang simple at
?maging mayaman sa espiritu

Liwanag sa liwanag, ginagabayan ng Diyos patungo sa}

{Kanyang liwanag ang sinumang Kanyang naisin

{At ang liwanag ay sumisikat sa dilim}

Sa likod ng bawat ilaw sa isang maliit na lamparang de-
kuryente ay may malakas na agos, at sa ilalim ng bawat
maliit na alon ay naroon ang malawak na karagatan na
.naging maraming alon

Ito ay naaangkop din sa mga tao. Nilikha ng Diyos ang
mga tao at binigyan sila ng malayang pagpapasya at pagpili.

Ngunit nalilimutan ng mga tao ang pinagmulan at mga
.kapangyarihang inilagay ng Diyos sa kanila

Walang hangganan ang mga posibilidad na umiiral sa
mundong ito, ni ang pag-unlad na maaaring makamit ng tao
.at ang mga abot-tanaw na maaari niyang maabot

Kapag sinimulan nating maunawaan ang tao sa kanyang
kabuuan at pagkatao, napagtatanto natin na hindi siya isang
.pisikal na nilalang

Sa loob niya ay naroon ang maraming puwersa, ang
potensyal nito ay ginagamit niya sa iba't ibang antas upang
umangkop sa mga kondisyon ng mundong ito. At ang
potensyal ng mga puwersang ito ay hindi masukat na mas
.malaki kaysa sa natatanto ng karaniwang tao

Mga Bukal at Higop: Isang Oasis ng Sagradong Pag-ibig

Huhugot ako ng sigla

Mula sa bukal ng ginintuang sikat ng araw

Hihigop ako ng kapayapaan

Mula sa mga bukal ng mga gabing pilak na

naliliwanagan ng buwan

linumin ko ang iyong lakas

Mula sa tasa ng malakas na hangin

linumin ko ang iyong kamalayan nang may kagalakan at

galak

Mula sa mga tasa ng aking banayad at malalim na mga

kaisipan

Sa iyong pinagpalang liwanag

Mananatili akong gising magpakailanman

Nakatitig sa iyong pinagpala at maluwalhating mukha

Nang may mapagmasid na mga mata sa mahabang

panahon ng kawalang-hanggan

Hinanap ko ang pag-ibig ng Diyos

Sa tigang na lupa ng emosyon ng tao

Hanggang sa wakas ay natagpuan ko

Sa oasis ng sagradong pag-ibig

Kaninong pinagmumulan ay hindi kailanman nauubusan

Panginoon, tulungan mo akong angkinin ang aking

makalangit na mana

At upang ako'y mabuhay na parang mga imortal

!O Pinakamapagmahal at Banal

Kahit na ang kadiliman ng aking kamangmangan ay

kasingtanda na ng panahon mismo

Hayaan mong mapagtanto ko, gayunpaman

Na kasabay ng pagsikat ng iyong liwanag

Ang kadiliman ay mawawala sa isang kisapmata

Parang hindi nangyari

Galit at ang epekto nito sa kalusugan

Bagama't ang karaniwang tao ay walang malay na

alaala sa mga karanasan ng kanyang kaluluwa, siya ay bahagi ng kabuuan ng kosmiko at dapat muling magkarga ng kanyang buhay paminsan-minsan gamit ang mga nakakapreskong agos ng buhay na nagmumula sa Isa at Tanging Diyos, ang pinagmumulan ng buhay, pag-ibig, at .katotohanan na hindi nagbabago o naghahati

Kapag iginagalang ng naghahanap ang prinsipyo ng

Katotohanan sa isip, salita, at gawa, inihahanap niya ang kanyang sarili sa sangnilikha at sa Lumikha. Ang bawat taong nakakasalamuha sa indibidwal na ito na umunlad sa espirituwal ay pinayayaman sa espirituwal ng kanyang maayos na espirituwal na mga bibrasyon, bagama't ang .pagpapayaman na ito ay iba-iba sa antas

Ang disipulong iyon ay malaya mula sa masasakit na

dualidad at magkasalungat na relatibismo, at sa huli ay kwalipikado na pumasok sa pangwakas na kanlungan: ang .ganap na katotohanan

Ang kawalan ng galit ang pinakamabilis na landas tungo

sa panloob na kapayapaan. Ang galit ay nagmumula sa pagkabigo ng mga pagnanasa, at ang isang taong walang .pagnanasa ay malaya sa galit

Siya na walang inaasahan sa iba at bumabaling sa Diyos

upang makamit ang kanyang mga layunin at matupad ang kanyang mga hangarin ay hindi makakaramdam ng sama ng loob o kapaitan sa kanyang kapwa tao, ni hindi niya masasaktan ang kanilang damdamin (Ang ngiti sa iyong kapatid ay kawanggawa) at (Mauna kang makipagkasundo sa iyong kapatid)

Ang matalinong tao ay kuntento sa kanyang tiyak na

kaalaman na ang Diyos ang tagapamahala at administrador ng lahat ng mundo, at hindi niya iniisip na ang mga bagay ay

nangyayari nang random, kaya't siya ay malaya mula sa .galit, nakatanim na poot at mga damdaming puno ng galit Ang mundong ito ay isang mundo ng relatibidad, at ang mga matatalino ay iniaayon ang kanilang sarili sa banal na kalooban at iniaangkop ang kanilang mga kilos sa mga pangyayari. Minsan ay maaari silang magpakita ng matapang o kahit marahas na sama ng loob kung pinipigilan nito ang mga gumagawa ng masama na saktan ang mga inosente. Ngunit ang mga matatalino ay hindi nagtatanim ng poot sa sinumang tao, gaano man kalaki ang kanilang kamangmangan o gaano man karami ang kanilang mga .pagkakasala

Ang taong may kaalaman sa sarili ay maaaring magalit nang matagal o maikling panahon, ngunit hindi magtatagal ay babalik siya sa kanyang karaniwang katahimikan at .kahinahunan

Ang galit ng isang ordinaryong tao ay hindi agad-agad na maaalis ng lakas ng loob, ngunit ang dalisay na puso ng isang taong malaya sa makamundong pagnanasa ay hindi .nakakaramdam ng galit at hindi ito ipinapakita

Ang galit ang pinakakaraniwang kahinaan ng mga tao, at sinisira nito ang kapayapaan sa mga pamilya at sa mga bansa

Ang mga taong madaling magsiklab ng galit ay hindi gusto ng kanilang mga pamilya, at ang mga patuloy na pagsiklab ng galit na ito ay may masamang epekto sa kalusugan ng tao at kadalasang humahantong sa karahasan. Kapag ang mga tao ay bulag na nagpadala sa galit, marami sa kanila ang nakakagawa ng mga krimen, napupunta sa .bilangguan, o nasentensyahan ng kamatayan

Alinsunod sa prinsipyo ng pangangalaga sa sarili, dapat matutunan ng lahat ng tao na maging maingat, isaalang-alang ang mga kahihinatnan, at kontrolin ang kanilang galit

Yaong mga nagpipigil ng kanilang galit at
nagpapatawad sa mga tao - at minamahal ng Diyos ang mga
gumagawa ng mabuti

Pagkamit ng balanseng pangkaisipan

Ang relatibidad ng buhay (pagsilang, kamatayan,]

kasiyahan, at sakit) ay nalalampasan ng mga taong
tumitingin sa mundong ito nang may balanseng pag-iisip.
Tunay nga, ang mga ito ay nakaugat sa ganap na balanseng
Bhagavad-Gita 4:9 [banal na espiritu

Interpretasyon at Komentaryo

Makakamit ang balanseng pangkaisipan sa
pamamagitan ng pagsasagawa ng mga espirituwal na
ehersisyo na nakakatulong upang iikot ang isip papasok,
kung saan nararanasan ng yogi ang isang balanseng estado
ng walang pagbabagong kagalakan. Kapag naipakita na nila
ang panloob na estadong ito habang gising, sila ay nagiging
.dalisay at nakabatay sa unibersal na espiritu

Sinasabi ng mga matatalino na ang karaniwang tao ay
may depekto dahil sa kanilang pandama na interaksyon sa
mga dualidad at relatibidad ng pag-iral, tulad ng sakit at
kasiyahan, init at lamig, buhay at kamatayan. Tanging ang
mga kusang-loob na makapaghihiwalay ng kanilang
kamalayan mula sa makamundong mga sensasyon ang
tunay na malaya mula sa nakakabagabag na mga dualidad
ng mga pandama, at sila ang mga nakakatagpo ng
kapahingahan sa banal na espiritu, na nakararanas ng
.walang hanggang kapayapaan

Ang mga Yogi na nakararanas ng sagradong
kaligayahan sa mga estado ng panloob, malay, at kahanga-
hangang kamalayan ay dalisay at nakikipag-ugnayan sa
.kosmikong espiritu

Ang taong walang disiplina ay nagmamasid sa mga
gumagalaw na imahe ng mundong ito at sumasakay sa mga
alon ng saya at kalungkutan, kawalan ng pag-asa, galit,
pamamanhid, o kawalang-interes sa dagat ng kanyang

kamalayan nang hindi nakikita ang buwan ng kaluluwa na
.naaaninag sa dagat na iyon

Kapag humupa ang magulong alon ng kamalayan,
nakikita ng matalinong tao sa kalmadong panloob na
karagatan ang imahe ng sagradong buwan nang walang
.pagbaluktot

Ang negatibong pag-iisip ay ang kaaway
Kapag kailangan mong malampasan ang isang bagay,
dapat mong maunawaan kung bakit dapat mo itong
malampasan. Hindi mo lang ito dapat talikuran at ilayo ang
iyong sarili dito, kundi dapat mo ring alisin ang pag-iisip
tungkol dito at alisin ito sa iyong mga iniisip. Ang negatibong
.pag-iisip ay isang matinding kaaway na dapat sakupin
Kung ililipat mo ang iyong pokus mula sa kamalayan sa
pandama patungo sa kamalayang espirituwal, makakamit
mo ang tagumpay at magdudulot ng kaligayahan sa iyong
.sarili. Ang mga tagumpay ay nasa isip
Hindi dapat maging biktima ng labis na pagpapahalaga.

Masiyahan sa mga bagay-bagay, ngunit huwag hayaang
maging alipin ka nito. Maging malaya. Maging mabait,
palakaibigan, masayahin, at masayahin, at maging
.panginoon ng iyong sarili sa lahat ng pagkakataon
Ang paggawa ng anumang nais gawin ng isang tao ay
hindi kalayaan, kundi isang pag-abuso sa kalayaan
Ang kalayaan ay nagmumula sa pagsunod sa batas ng
sariling soberanya, ibig sabihin, pagpipigil sa sarili
Ang tunay na kalayaan ay nangangahulugan ng
paggawa ng lahat ng bagay ayon sa karunungan
Ang kalayaan ay kakaunti at mababaw kung walang
pagsunod sa Diyos at sa Kanyang mga batas
Karamihan sa buhay ng mga tao ay pinamamahalaan ng
mga pagnanasa, hilig, ugali, gawi, at impluwensya sa
kapaligiran at lipunan
Kapag ang mga pisikal na gawi ay nagsimulang
kontrolin ang isip, nagiging mahirap para sa katawan na

sundin ang mga utos ng kalooban. Ang mabuting gawi ang
iyong pinakamatalik na kaibigan, habang ang masamang
gawi ay isang nakabalatkayong kaaway. Samakatuwid,
dapat mag-ingat sa pag-uulit ng isang gawi o kilos, dahil ang
pag-uulit ay nagbabago ng isang kilos tungo sa isang gawi
bago pa man ito mapagtanto, at ang gawi ay nagiging
pangalawang kalikasan. Gayunpaman, maaari itong baguhin
sa pamamagitan ng patuloy na mabubuting gawa at positibo
.at malikhaing pag-iisip

Palayain tayo mula sa kamangmangan at mga epekto

nito

Ikaw ang pinagmumulan ng lahat ng mabubuting bagay

at ang pinagmumulan ng lahat ng kapangyarihan

Panginoon, pagpalain Mo po kami upang maipakita

namin ang iyong mga pagpapala sa amin

Sa ating kalusugan

Sa ating mga mithiing intelektwal

At sa ating mga espirituwal na mithiin

Ikaw ang kinang sa mga bituin

Enerhiya sa mga atomo

At kamalayan sa kaibuturan ng sarili

Tulungan mo kaming mag-recharge ng aming mga sarili

Sa pamamagitan ng iyong kataas-taasang

kapangyarihan

Gamit ang iyong walang hanggang karunungan

At sa iyong walang hanggang katapatan

Kilalanin natin na ikaw ay bukal ng kalusugan

at ang kapaligiran ng buhay

At ang pinagmumulan ng lahat ng pag-unawa

Palayain tayo mula sa kamangmangan at mga epekto

nito

Mula sa sakit at pagdurusa

Nawa'y tangayin ng baha ng iyong karunungan

Lahat ng pagkasira at pagkawasak ng ating buhay

Punitin mo ang mga tabing na nagtatago ng iyong
mukha mula sa amin
Hayaan mong makita ka namin nang may
napakaliwanag na liwanag
Hindi mabilang ang mga araw sa abot-tanaw ng ating
pagkatao
Ipadama sa amin ang iyong presensya bilang isang
patuloy na nagpapanibagong puwersa
Bigyang-inspirasyon ang ating pag-iisip
At pangalagaan ang ating mga kaluluwa
At ito ang nagpapanatili sa ating mga katawan
Wala nang iba kundi ikaw ang makapagbibigay-
kasiyahan sa amin at makapagbibigay-kasiyahan sa aming
.mga pag-asa
Hinihingi namin ang iyong gabay sa lahat ng aming
ginagawa
At kung mayroon tayong mga maling akala
Pakinggan mo ang iyong pinagpalang bulong na
nagpapabalik sa amin
Patungo sa tamang landas
Pagpalain ang aming buhay ng iyong malikhaing
kapangyarihan
At ang iyong walang hanggang kaligayahan
O Pinakamapagbigay sa mga Mapagbigay
At ang pinagmumulan ng lahat ng pagbibigay

Ang mga nagnanais na makamit ang mga espirituwal na
pananaw ay dapat magsikap upang maabot ang mga
kalagayang iyon, hindi para sa pansariling pakinabang kundi
upang magbigay-inspirasyon sa iba sa pamamagitan ng
.halimbawa ng kanilang buhay
Ang mga tumutupad sa kanilang mga tungkulin sa
paraang nakakatulong sa pag-unlad ng kanilang buhay sa
isang balanseng paraan ay nagsisilbing pinagpala at bukas
na mga pinto kung saan ang mga nawawala at bigo ay

pumapasok at tumatawid sa mga abot-tanaw ng
.katahimikan, kaligayahan, at tagumpay
Ang mga taong ito ay naaayon sa kanilang mas mataas
na kalikasan at hindi nagtatrabaho upang masiyahan ang
kanilang mga kapritso kundi upang matupad ang mga
kinakailangan ng katotohanan, pag-unlad at pagsunod sa
.banal na kalooban
Sila ay tunay na asetiko kahit na nakatira sila sa mga
palasyo at nagmamay-ari ng milyun-milyon dahil
tinatalikuran nila ang mga personal na ambisyon para sa
kapakanan ng pagbibigay-kasiyahan sa Diyos at pagtulong
.sa iba

Ang isang tao ay dapat magtrabaho at gawin ang
kanyang makakaya upang malampasan ang mga pagsubok
sa buhay at malampasan ang mga kahirapan ng
pamumuhay, maging sa kailaliman ng kagubatan o sa gitna
.ng mga gubat ng modernong sibilisasyon
Ang mga kagubatan ay tahanan ng mga mandaragit, at
ang mga gubat ng sibilisasyon ay puno ng mga halimaw ng
takot

Ang mga tukso at matinding pagnanasa, at dapat
protektahan ng tao ang kanyang sarili mula sa lahat ng
materyal at moral na mga mandaragit upang makalakad sa
mga landas ng isang marangal na buhay nang may
.kalayaan, kagalakan at kalayaan mula sa takot

Kapag natagpuan ng isang tao ang kaharian ng walang
hanggang espirituwal na kaligayahan sa kanyang sarili,
matatagpuan niya ito kahit saan, maging sa kaibuturan ng
katahimikan o sa ingay ng aktibidad, at maririnig niya ang
banal na tinig na bumubulong sa kanya sa yungib ng
.pagmumuni-muni at sa mga larangan ng gawain

Ang Kwento ng Pilosopo at ng Marino

Sinasabing isang pilosopo na bihasa sa pilosopiya at
lohika ang nagbalak na lumipat mula sa isang pampang ng
ilog patungo sa kabilang pampang, kaya tinawag niya ang

isang bangkero na nagmamamay-ari ng isang maliit na bangka .na ginagamit niya sa paghahatid ng mga tao patawid sa ilog

Sumakay ang pilosopo sa bangka at sinagwan ito ng mandaragat, nilalabanan ang malakas na agos. Pagkatapos ng maikling distansya, tinanong ng pilosopo ang mandaragat: "Marano, kabisado mo na ba ang unang bahagi
"?ng Mga Prinsipyo ng Pilosopiya

Sumagot ang marino: Hindi po, ginoo, hindi ko po ito .kabisado

Pagkatapos ay sinabi ng pilosopo sa kanya:
Ikinalulungkot kong ipaalam sa iyo na sinayang mo ang 25 porsyento ng iyong buhay nang walang anumang .makabuluhang pakinabang

Nilunok ng mandaragat ang insulto at nagpatuloy sa pagsagwan. Nang marating nila ang gitna ng ilog, muling ibinuka ng pilosopo ang kaniyang nanunuksong bibig at :sinabing

Hoy Malikot: Naisaulo mo na ba ang ikalawang bahagi
?ng Mga Prinsipyo ng Pilosopiya

Sumagot ang marino: Ginoo, wala po akong alam tungkol sa aklat na ito, Mga Prinsipyo ng Pilosopiya
Pagkatapos ay gumawa ang pilosopo ng isang bagong pahayag: "Sayang naman! Ikinalulungkot kong ipaalam sa iyo na sinayang mo ang 50% ng iyong buhay sa wala."

Nasaktan ang mandaragat sa kabastusan na ito ngunit walang sinabi, patuloy na nagsasagwan sa iba't ibang paraan, isinusumpa ang oras na nakilala niya ang mausisang pilosopong ito. Nang ang bangka ay nakarating na sa tatlong-kapat ng daan pababa sa ilog, ang pilosopo ay :nagtanong ng ikatlong tanong

Hoy Malikot: Naisaulo mo na ba ang ikatlong bahagi ng
?Mga Prinsipyo ng Pilosopiya

Sumagot ang kawawang mandaragat nang may unti-unting pagtitiis: Sinabi ko na sa iyo, ginoo, na wala akong .alam tungkol sa pilosopiya

Dito ay ngumiti ang pilosopo ng isang ngiti ng (pag-aalala at pagkaaliw), na nagsasabing: Sa kasamaang palad, nasayang mo ang 75% ng iyong buhay dahil diyan, at iyon .ay isang hindi mapapalitang kawalan

Hindi tumugon ang mandaragat sa komentong ito bagkus ay binilisan niya ang kanyang pagsagwan, umaasang makarating sa kabilang pampang at maalis ang mabaho at malagkit na bagay na iyon. Biglang kumulog ang langit, kumulog, at bumuhos ang malakas na ulan na may kasamang malalakas na pag-ulan sa tropiko, na lumikha ng isang malakas na bagyo na nagpatalsik sa bangka sa lahat .ng direksyon

Pagkatapos ay pagkakataon na ng mandaragat na

:magtanong sa pilosopo, kaya sinabi niya sa kanya

Mahal kong pilosopo, simula nang simulan natin ang paglalakbay na ito, sunod-sunod mo akong binobomba ng sunod-sunod na mga tanong. Maaari ba akong magtanong ?sa iyo ng isang tanong lamang

Sumagot ang pilosopo: Oo, kaya mo. Sinabi ng

:mandaragat

O, iginagalang na pilosopo, bihasa sa pilosopiya at

kabisado na ang mga aklat nito, mahusay ka bang ?lumangoy

Sumagot ang pilosopo sa nanginginig na boses: Hindi

.po, ginoo, hindi po ako marunong lumangoy

Ngumiti ang mandaragat at sinabi sa kanya: Kaya ang

aming panganib ay nasa iyo at ang natitira ay nasa aming mga buhay, at masakit para sa akin na sabihin sa iyo na sa ilang sandali mula ngayon ang iyong buhay ay magiging

!isang daang porsyentong kasaysayan

Sa sandaling iyon, isang malaking alon ang humampas

sa bangka at binaligtad ito, na nagpalubog sa ilalim ng ilog sa pilosopo ng panahong iyon, habang ang ating kaibigang mandaragat ay ginamit ang kanyang malalakas na braso at ang kanyang mahabang karanasan sa paglangoy at may

kumpiyansa at mahinahong nilalabanan ang alon hanggang
.sa ligtas niyang marating ang kabilang pampang
Parang gintong nakabaon sa ilalim ng putik
Mula pa sa simula ng paglikha, ang mga puwersa ng
kabutihan ay nakipaglaban na sa mga puwersa ng
kasamaan. Dapat nating tandaan na ang inggit, galit,
kasakiman, at iba pa ay hindi natin sariling kagagawan,
kundi ibinigay sa atin mula pa sa simula. Mula sa pagdurusa
sa mga kasamaang ito, ang karunungan ay nagigising at
nagsisikap na hanapin ang daan sa gitna ng mga sakit na
.ito

Ang tanging paraan upang matagpuan ang karunungan
ay sa pamamagitan ng karanasan, dahil sa pamamagitan ng
personal na karanasan ay nauunawaan natin na ang
kasamaan ang siyang gumugulo sa ating kapayapaan at
nagdudulot sa atin ng pagkabalisa, pagdurusa, at sakit, at
dahil dito ay dapat tayong magsikap na maiwasan at maalis
.ito

Sa tuwing makakatagpo ka ng kapayapaan pagkatapos
magalit at magpasya kang manatiling mabait at kalmado,
darating ang diyablo at sasabihin: "Sinisiraan ka, kaya bakit
"?hindi ka magsalita ng pangit o nakasasakit bilang ganti
Huwag mong hayaang ang diyablo ang magwagi sa
labanan ng mabuti at masama

Ang Banal na Tinig ay patuloy na bumubulong sa atin,
ngunit upang makatanggap ng banal na tulong, dapat
.tayong makinig nang mabuti sa tinig ng Langit
Sa tuwing sinusubukan tayong akitin ni Satanas palapit
sa kanya, sinusubukan din tayo ng Diyos na ilapit sa Kanya.
Ang tanong ay: kanino tayo makikinig, at kanino tayo
?magpapasakop

Walang sinuman ang maaaring kumontrol o
makaimpluwensya sa atin nang walang pahintulot natin,
dahil taglay natin ang desisyon at kalayaan sa pagpili na

ibinigay sa atin ng Diyos, ngunit ang panlilinlang ni Satanas
.ay laging naroon at dapat natin itong labanan

Ang mga puwersa ng kabutihan ay nagdadala ng mga
solusyon sa ating mga problema, habang ang mga puwersa
ng kasamaan ay nagsisikap na lumikha ng mga
komplikasyon at problema. Ang kabutihan ay

nangangahulugan ng paglaya mula sa lahat ng makasariling
.pagnanasa na nag-aalis ng iba para sa kapakanan ng sarili

Ang kapangyarihan ng Diyos ay napakalawak, at ang
Kanyang kapangyarihan ay higit sa lahat ng kapangyarihan.
Sa pamamagitan ng Kanyang pag-ibig, sinisikap Niyang ilapit
tayo sa Kanya at iligtas tayo mula sa mga kamay ng
kasamaan. Ang sangkatauhan ay nakatayo sa gitna: ang
mga anghel ay nasa Kanyang kanan at ang mga puwersa ng
.kasamaan ay nasa Kanyang kaliwa

Sa tuwing gagawa ng mabuti ang isang tao, inilalapit
sila ng Diyos; sa tuwing gagawa sila ng masama, inilalapit
sila ni Satanas. Ngunit hindi kayang hawakan ni Satanas ang
isang tao magpakailanman dahil nilikha sila ayon sa wangis
.ng Diyos

Tuwing nakakaramdam ng poot ang isang tao sa
kanilang puso, ipaalala sa kanila na sinusubukan silang sirain
ni Satanas, at kapag nakakaramdam sila ng pagmamahal,
.ipaalam sa kanila na tinatawag sila ng Diyos sa Kanya
May mga masasamang halimbawa at mabubuting
halimbawa. Ipinapakita ng Diyos ang Kanyang mga
halimbawa o huwaran upang maakit tayo sa Kanyang sarili,
at ipinapakita rin ni Satanas ang kanyang mga gawa para sa
parehong layunin. At kay kahanga-hanga ng tao ng Diyos na
nagsimulang umawit nang pagnilayan niya ang mga
:pagpapakitang iyon

Ang buhay ay matamis, at ang kamatayan ay isang"
panaginip; Ang kalusugan ay matamis, at ang sakit ay isang
panaginip, kapag ang Iyong sagradong himig ay
".umalingawngaw sa kaibuturan ng aking kaluluwa, O Diyos

Ang kasamaan at kasalanan ay wala sa ating kalikasan,
kundi inangkat mula sa ibang bansa at itinanim sa kaluluwa
Ang kabutihan ay parang gintong nakabaon sa ilalim ng
putik; hindi nawawala ang diwa nito, bagkus ay
nagniningning sa likas nitong kadalisan kapag natanggal
na ang putik. Gayundin, ang kabutihan sa kaluluwa ng tao ay
nananatili. Gaano man kadumi ang ginto ng kaluluwa ng
makapal at matigas na putik ng kamangmangan, kailangan
lamang nating kiskisin ang putik na iyon gamit ang kutsilyo
ng karunungan o hugasan ito ng tubig ng kaalaman upang
.maipakita ang magandang kinang ng tunay na ginto
Pagpapagana ng mga espirituwal na enerhiya
Dapat gisingin ang kaluluwa
Mula sa mga pangarap ng kahinaan at kahinaan
At ipinapadala ang isip sa mga abot-tanaw ng
karunungan
Sa pamamagitan ng meditasyon, ehersisyo, at
pagpapahinga
Pagpipigil sa sarili at wastong nutrisyon
At matibay, hindi matitinag na sikolohikal na lakas
Huwag aminin ang pagkatalo
Dahil ang pag-amin na ito ay isang mas malaking
pagkatalo
Mayroon kang walang limitasyong kapangyarihan
Dapat paganahin ang mga puwersang iyon
!Iyon lang ang meron diyan
Seryoso at malalim na pag-iisip
Ito ang paraan upang makalaya mula sa mga hadlang
At maraming problema
Dapat itanim ang kamalayan sa Diyos
At may mas mataas na espirituwal na pananaw
Maaaring marami ang mga kahirapan
Mabigat ang mga pasanin
Kundi ang kaaway ng tao mismo
"Iyon ay, ang kanyang maliit na sarili o "ego

Ang tunay na kaluluwa ay walang kamatayan
Bagama't ang mga karanasan at problema ay
pansamantala at nababago
Ang tao ay mahalagang espiritu
Ang espirituwal na diwa ay palagian at hindi nagbabago
Maaari mong ilabas ang napakalaking enerhiya at
kapangyarihan
Pagtagumpayan ang mga kahirapan at kalamidad
At lahat ng balakid at hadlang na humahadlang sa iyong
daan

Ang pag-iisip ay isang puwersa na parang kuryente
mga kondisyong sikolohikal
Ito ay bumabalik sa pag-iisip at paraan ng pag-iisip
Ang kuryente ay kapwa kapaki-pakinabang at
nakakapinsala
?Kaya sino ang nakakaalam kung paano ito haharapin
Inilalagay niya ito sa kanyang paglilingkod
.Kung hindi, baka makuryente siya nito
At naisip din
Kung ito ay itinuturo sa tamang landas
Nagdudulot ito ng kaligayahan sa may-ari nito
Kung hindi, magdudulot ito sa kanya ng problema
Ang pag-iisip ay parang isang kabayong ligaw
Gayunpaman, hindi imposibleng paamuin ito
Ang positibong pag-iisip ay isang paraan upang
makontrol ang iyong mga iniisip
Ang matinong pag-iisip ay isang matalik na kaibigan
At ang isang may sakit na pag-iisip ay isang palaging
kaaway
Ang matinong pag-iisip ay umaakit ng kapayapaan at
seguridad
At ang isang may sakit na isipan ay naglalabas ng mga
nakamamatay na palaso
Doble ang pagtalbog nito sa may-ari nito

Kaya nga may kasabihan, ang gantimpala ay kapareho
ng gawa
Hangga't ang isang tao ay nagpapadala ng mabuting
intensyon

Ang kanyang mga ideya ay magiging mga sulo
Liwanagin ang mga silid ng kaluluwa
At itaboy ang mga bunton ng kadiliman
Pagkatapos ay nakaramdam siya ng matinding ginhawa
!Kumislap ang mga mata niya sa ngiti ng kasiyahan
pakikisama sa iba
Ang kanilang kasunduan ay hindi nangangahulugan ng
lahat

O pagsasakripisyo ng mga mithiin para sa kanilang
kapakanan
Dahil ang ganitong paraan ng pakikipagkompromiso ay
hindi kanais-nais

Hindi ito naaayon sa katotohanan
Hindi nagkasundo ang mga repormador at ang mga
dakilang tao

Sa dami ng tao sa paligid nila
Gayunpaman, pinanatili nila ang kanilang mithiin
Dahil napagtanto nila na ang kanilang ginagawa ay
Tamang-tama iyon

Hindi dapat ikompromiso ang prinsipyo
At hindi gumagamit ng mga lihim na motibo upang
makamit ang isang tiyak na layunin
Dahil hindi iyon nararapat sa mga taong may prinsipyo
Sino ang maaaring mamuhay sa paraang nakalulugod
?sa Diyos

Huwag manakit ng iba, dahil wala silang dapat ikatakot
Una sa lahat, dapat na naaayon ang isang tao sa Diyos
Pagkatapos ay may konsensya, at pagkatapos ay may
mga tao
Ngunit kung ang pamamaraang ito ay hindi
nakakapagbigay-kasiyahan sa iba

Sapat na para sa isang tao ang maging mapayapa sa
loob ng kanyang sarili

Nakakaramdam siya ng panloob na kapayapaan na
siyang dahilan kung bakit siya malaya sa pagsang-ayon ng
mga tao

Ang lakas at pagnanais ng kaluluwa
Sa pagbabalik-loob sa Diyos
Ito ay tinatawag na espirituwal na magnetismo
At ang magnetismong ito
Ang kaluluwa ay umaakit ng mga biyaya sa sarili nito
at mga pinong panginginig ng boses
At lahat ng magagandang karanasan ng tao
Na nagpapaalala sa kanya ng kabutihan at katuwiran
espirituwal na magnetismo
Ito ang kapangyarihang ginagamit
Ito ay umaakit at umaakit sa tao palapit sa kanyang
sarili

Mabubuting kaibigan
At mga mahahalaga at mahahalagang bagay
At isang intuitibong pag-unawa sa mga bagay-bagay
Ang kapangyarihang ito ay nagmumula
Mula sa kaakit-akit na magnetikong puwersa ng Diyos
Kandila ng Kapayapaan
Kumuha ng sisidlan ng pag-iisip at punuin ito ng iyong
kapayapaan
Kunin mo ang bote ng aking damdamin at punuin mo ito
ng iyong awa
Kunin mo ang aking walang laman na basket ng
kaluluwa at punuin ito ng mga bunga ng iyong karunungan
Ibuhos mo ang tubig ng iyong pag-ibig sa aking
kaluluwa, upang maibuhos ko ang mga ito sa mga tasa ng
kaluluwang uhaw
Gibain mo ang mga pader ng aking ego at ilubog mo
ako sa iyong buong presensya

Ang bukang-liwayway ng liwanag ng pag-ibig ay
sumisikat sa mga bukana ng aking puso, na nagpapaalala sa
 akin ng sikat ng araw ng iyong pag-ibig
 Kumalat sa kalangitan ng aking buhay
Ang nagliliwanag na liwanag ng iyong pag-ibig ay
sumikat sa aking kaluluwa, nililiwanagan ito, at ang iyong
 .liwanag ay pumuno sa espasyo ng aking espiritu
Ikaw ang buhay na bumubuhay sa aking katawan, ang
isip na nagbibigay-inspirasyon sa aking mga iniisip, at ang
 karunungan na nagtataboy sa aking kamangmangan
Sinisindihan ko ang manipis na kandila ng aking pag-ibig
 upang basahin ang ginintuang aklat na itinatago sa akin
 .mula pa noong unang panahon
Ang iyong pag-ibig noon at hanggang ngayon ay ang di-
 nakikitang kandila ng kapayapaan na nagtataboy sa
 kadiliman at nagpapakita sa akin ng iyong mga mensahe
 Ang blog ay nasa mga pahina ng mga puso
 Ang hangganan ng kawalang-hanggan
 Matapos kitang paulit-ulit na hanapin
At ang patuloy na paggala sa mga kagubatan ng iyong
 mga kamangha-manghang lihim
Sa wakas ay narating ko na ang bingit ng kawalang-
 hanggan
Taglay ang kumpiyansa at tiyaga, tinawag ko ang Iyong
 banal na pangalan
At biglang bumukas ang pinto ng iyong presensya
 Doon sa gitna nito
At sa trono ng maluwalhating mga pangitain ay nakita
 kita
 Hindi naaayon ang aking pandinig
 Gamit ang iyong malikhain at makabagong tinig
 Sabik kong hinintay na marinig ang iyong boses
Pagkatapos ay gumapang sa akin ang mahika ng iyong
 katahimikan
At may mga intuwisyon na bulong

Tinuruan niya ako ng wika ng mga anghel
At natigil ang bagong pagpupulong
Binomba kita ng aking mga tanong at pagtatanong
:Sinauna gaya ng panahon mismo
"?Bakit, O Diyos, nagkasala at nagdurusa"
?Bakit may mga panlilinlang at ilusyon
Kaya't tinanggap ko ang mga sinag ng iyong santuwaryo
Isang anyo ng mga maliwanag na letra
Ipinapaabot sa akin ang iyong tunay at maaasahang
mga sagot
Tagapagbigay ng ginhawa at kapanatagan
Ngayon, sa esoterikong templo ng Salami
Nasisiyahan ako sa iyong presensya sa puso ng
katahimikan
Nag-uusap tayo sa di-maintindiha at tahimik na mga
salita
O Diyos ng mga di-maunawaang misteryo
Kakausapin kita magpakailanman
Taglay ang lahat ng kahusayan at katatasan sa aking
!puso
Kapag ang iyong liwanag ay kumikislap sa aking
kaluluwa
Ihayag ang iyong kaluwalhatian, O Panginoon
Nawa'y mawala ang liwanag ng iyong karunungan
Kamangmangan, alitan, at inggit
Mula sa mga baybayin ng mundo magpakailanman
Gawing kalakasan ang ating kahinaan
At nanghina tayo sa determinasyon
Magkarga ng mahalagang kuryente sa ating mga
katawan
At punuin ang isip at kaluluwa ng iyong
nakapagpapagaling na liwanag
Hawakan Mo ang aming kamay upang hindi kami
malunod sa tubig ng Iyong kapabayaang

Punuin ang aming pagkatao ng iyong pagmamahal at
karunungan

Iparamdam mo sa amin na napakalapit namin sa iyo

At ang araw ng iyong awa

Ito ay laging nagniningning sa atin

Inilalagay ko ang mga bulaklak ng aking bulong-

bulungan at masiglang mga kaisipan

Sa istruktura ng katahimikan

Ang kanyang tahimik na halimuyak ay umaawit

At siya'y umaawit ng iyong mga kaluwalhatian

At sa liwanag ng iyong banal na liwanag

Nakikita ko ang kagandahan ng iyong pag-iral

Natupad ang aking masasayang pangarap

Kapag ang iyong liwanag ay kumikislap sa aking

kaluluwa

Ang mga belo ay nagliliyab sa apoy ng karunungan

Kaya't masdan ang iyong kaluwalhatian

Lumalaki ang aking kagalakan

Dagat ng mga Banal na Pagpapala

O kosmikong liwanag

Araw-araw kitang nakikitang pinapalamutian ang

kalangitan ng mga matingkad na kulay

Pinapanood kitang binibihisan ang tigang na lupa ng

esmeralda na sutla

Nasa init ka ng sinag ng araw

!At Siya ay nahayag sa lahat ng dako

Panginoon, tulungan Mo akong makita ang Iyong mukha

sa salamin ng aking katahimikan

Ipakita ang malawak na kaharian ng iyong pag-iral,

!ipakita ang iyong sarili

Turuan ang puso ko na manalangin, at ang kaluluwa ko

na makaramdam

Na lahat ng pinto ay magbubukas para sa kanya upang

lumitaw sa pamamagitan ng mga ito

Ang iyong presensya ay isang biyaya
O Kabanal-banalang Minamahal
Hayaan mong mapagtanto ko ngayon at
magpakailanman, na ikaw ay akin noon at hanggang ngayon
ay akin magpakailanman
Narito ang mga pangarap ng aking mga pagkakamali,
.na naglaho at nalibing sa libingan ng limot
Gising ako, nagbababad sa liwanag ng araw ng buhay
sa ilalim ng iyong mga pakpak
Ang dagat ng mga banal na pagpapala ay dumadaloy sa
akin

At pakiramdam ko ako ang daluyan kung saan ito
dumadaloy

Lahat ng sagradong kapangyarihang malikhain
Pagpalain mo ako, Panginoon, upang mahanap kita
Mas mahalaga sa akin ang lahat
Tulad ng ginagawa ng iyong mga manliligaw

Maraming mga kahilingan at mga kinakailangan
Ipinapataw ito sa atin ng mundo
At kinukumbinsi tayo nito sa sukdulang kahalagahan
nito

At dahil imposibleng mabuhay nang wala ito
O kaya'y gawin nang wala sila
Ngunit ang pangunahing kinakailangan ay dapat
Pagkuha ng kapayapaan ng Diyos
Kaninong mga mapagkukunan ang hindi kailanman
nauubusan

Ang pinagmumulan nito ay hindi kailanman natutuyo
Na siyang nagbibigay ng lahat ng bagay sa buhay, lasa
at kahulugan

Tandaan natin na ang Diyos ang siyang diwa ng ating
pagkatao

At ang pag-ibig na iyon ang bintana kung saan tayo ay
tumitingin

Sa Kanyang marangal na mukha
Sino ang gustong maramdaman ang banal na
?presensya
At ang marangal na hangaring iyon ay pinapagana ng
isip at gawa
Ipagkakaloob ng Diyos ang kanyang kahilingan
At tinutulungan siya nitong punitin ang mga belo
Na pumipigil sa pagtingin sa mga pinagpalang ilaw
Yaong mga determinadong sumulong sa landas
Walang pipigil sa kanya
Walang makakahadlang sa kanya
Hanggang sa makamit niya ang kanyang layunin
Nakukuha niya ang ninanaing ng kanyang puso
Huwag mong hayaang kontrolin ka ng galit

Ang emosyong ito ay mas malalim kaysa sa nakikita sa panlabas na anyo. Maaaring makontrol ng isang tao ang mga panlabas na pagpapakita ng marahas na pagsiklab ng galit, ngunit nagkikimkim pa rin ng pinipigilang galit at nag-uumapaw na sama ng loob. Ang galit na ito ay nagpapakita ng sarili sa iba't ibang paraan, tulad ng agresyon, kawalan ng pasensya, kawalan ng tiyaga, kawalang-kasiyahan, inggit, pagkairita, kalungkutan, at pagiging sumpungin. Sa katunayan, halos lahat ay nakakaranas ng galit sa ilang antas.

Ang galit, anuman ang uri nito, ay nagmumula sa pagkabigo sa pagtupad ng mga pagnanasa. Sa kawalan ng espirituwal na kagalakan, ang mga tao ay bumabaling sa kasiyahan sa pamamagitan ng mga malibog na pagnanasa—mga pagnanasang likas na nagdadala sa loob nila ng mga buto ng pagkabigo at kawalang-kasiyahan, at dahil dito, galit, na sumisira sa mga malambot na damdamin at mas matataas na pananaw.

Samakatuwid, ang pinakasiguradong paraan upang maalis ang galit ay ang pag-alis ng sanhi nito: pagnanasa. Habang dumarami ang mga pagnanasa ng isang tao, mas tumitindi ang kanilang pagkadismaya, dahil imposibleng masiyahan ang lahat ng mga pagnanasang iyon, dahil ang mga makamundong pagnanasa ay walang kabusugan at walang katapusan. Habang mas nagsisikap tayong tuparin ang mga pagnanasa o makaranas ng mga kasiyahang makamundo, mas nagiging malapit tayo sa mga ito. At habang mas tumitibay ang ating pagkakabit, mas tumitindi ang ating sakit sa pagkaitan ng mga bagay na tila nakakatugon sa ating mga pagnanasa.

Halimbawa, itinanim sa atin ng kalikasan ang pakiramdam ng gutom para malaman natin kung kailan kailangan ng ating katawan ng pagkain. Ngunit ang pagkahumaling o pagkahumaling ay nagpapatindi sa sensasyong ito at binabago ito sa sikolohikal na pagkabalisa. Kung palagi kang nagugutom at nag-aayuno sa loob ng tatlong araw—maging dahil sa mga kadahilanang pangkalusugan o iba pa—malamang na makakaramdam ka ng galit. Sa kabilang banda, ang isang yogi ay maaaring hindi kumain sa loob ng ilang araw nang hindi naaabala sa kawalan nito dahil nagsanay sila ng paglayo sa mga pagnanasa ng katawan.

Kapag napagtanto natin na ang mga pagnanasa ang pinagmumulan ng galit, gusto nating malaman kung paano konstruktibong haharapin ang mga pagnanasang iyon. Mayroong ilang mga paraan upang gawin ito:

Una, tuparin ang mga hangarin na iyon

Kung ang mga hangaring iyon ay hindi nakakapinsala, walang masama sa pagtupad sa mga ito, at pagkatapos ay lilipas din ang mga ito. Ang problema ay ang pagtupad sa mga hangaring iyon ay maaaring magbunga ng mga bago, o

maaari itong maging nakatanim at nakapanghihinang mga gawi. Habang mas pinapakain mo ang mga hangaring iyon, mas lumalakas ang mga ito. Kaya, dapat maging mapagmasid at mapanuri ang isa, kahit na tinutupad ang mga tila inosenteng hangarin.

Pangalawa, alisin ang mga pagnanasang iyon

Isa sa mga pinakamabisang paraan upang malampasan ang mga pagnanasa ay ang talikuran ang mga ito sa iyong isipan, at ito ay nagiging natural habang tayo ay nagiging mas mulat sa espirituwal. Ang mga nakikibahagi sa mga espirituwal na pag-aaral at kasanayan, halimbawa, ay nawawalan ng gana na manigarilyo. Ang pag-alis ng mga pagnanasa ay dumarating kapag ang kaluluwa ay nagising nang sapat upang ituloy ang sukdulang pagnanasa: pangmatagalang kaligayahan. Kapag nakararanas tayo ng espirituwal na kagalakan sa loob natin, ang pagnanasa para sa mga senswal na bagay ay humihina at lumuluwag ang kapit nito sa kalooban.

Maaari nating baguhin ang malalakas na pagnanasa tungo sa makapangyarihan at malikhaing enerhiya na lubhang kapaki-pakinabang. Kadalasan, ang pagnanasa mismo ay hindi naman masama; ang problema ay nasa kung paano ito hinahabol ng mga tao. Kung alam mo kung paano makahanap ng kaligayahan sa loob ng iyong sarili, matutuklasan mo na ang lahat ng iyong mga pagnanasa ay matutupad nang hindi mo na kailangang subukan ang iba't ibang bagay para makamit ang mga ito.

Hindi ito dapat ituring na wala tayong mga pagnanasa. Bilang mga tao, hindi natin maiiwasang magkaroon ng mga pagnanasa. Hangga't tayo ay narito sa mundong ito, hinihimok tayo ng kalikasan na kumilos. Ang hamon ay ang hindi pagpapahintulot na kontrolin tayo ng galit kapag ang

mga resulta ng ating mga aksyon ay hindi nakakatugon sa ating mga inaasahan.

Ang meditasyon ay mabisang lunas para sa galit o anumang iba pang problema. Ito ay dahil ang meditasyon ay nagdadala sa atin sa ganap na pagkakasundo sa ating tunay na kalikasan, malaya sa lahat ng uri ng negatibiti, kabilang ang galit. Ang kagalakan at kapayapaan ng Diyos ay nananahan sa atin, at kapag tayo ay nagmumuni-muni sa tamang paraan, nakakamit natin ang kagalakan at kapayapaang iyon, at ang galit ay natural na nawawala bilang resulta. Kung paanong ang isang bunton ng buhangin ay hindi makatagal sa malalakas na alon, gayundin ang isang taong walang panloob na kapayapaan ay hindi makatagal sa matinding bagyong intelektwal.

Ngunit ang isang diyamante ay nananatili sa mahalagang katangian nito gaano man ito kalakas humampas sa mga alon mula sa lahat ng panig. Gayundin, ang isang taong may dalisay na kaluluwa, tulad ng isang malinaw na kristal, ay nananatiling nagniningning kahit na ang mga kahirapan ay humahampas sa kanya at ang mga hangin ng karanasan ay marahas na yumanig sa kanya.

Bakit niya tinanggihan ang pinakamatataas na posisyon?

Isang makabuluhang kwento

Ayon sa isinalaysay ng guro Paramhansa

Pagsasalin: Mahmoud Abbas Masoud

Noong unang panahon, may ilang mabubuting tao na nanirahan sa isang tahimik na ermitanyo sa gilid ng isang lambak na nasa hangganan ng kagubatan, kung saan ang mga simoy ng kapayapaan ay laging naroon at ang

pagmamahalan ng magkakapatid ang tanda ng pinagpalang kanlungang iyon.

Ang mga Kapatid na iyon ng Kadalisayan ay nabubuhay sa mga sariwang bungang dulot ng mga puno at ginamit ang kanilang magkahawak-kamay upang sumalok at uminom ng buhay, nagniningning, at umaagos na tubig mula sa sagana at malinaw na mga bukal sa bundok.

Ang kanilang mga mata ay nagniningning at kuminang na parang mga diyamante, na may mga ngiting parang langit na puno ng kasiyahan at kasiyahan, at ang kagalakan ay nanatili sa kanilang mga puso, na pumupuno sa kanila ng walang hanggang ginhawa.

Sa kabila ng lahat ng ito, isa sa mga pinagpalang kaluluwang ito ang nakaramdam na siya ay nasiyahan na sa espirituwal na kaligayahan at hinangad na matikman ang makamundong kaluwalhatian, kahit sandali lamang. Siya ay nabihag ng pagnanais na maging hari kahit isang araw lamang, kaya't nagpaalam siya sa kanyang mga kapatid at naglakad patungo sa pintuan ng Diyos upang hanapin ang maharlika kaligayahan.

Sa kanyang paglalakbay, nanalangin siya sa Diyos nang buong puso, na nagsasabing: "O Panginoon, O Mapagbigay, Ikaw na dumirinig ng mga panalangin at tumutupad ng mga pag-asa, hinihiling ko sa Iyo na gabayan ang aking mga hakbang patungo sa isang palasyo kung saan maaari kong tamasahin sa isang araw ang kaligayahang tinatamasa ng mga hari."

Pagkatapos niyang magdasal, napadpad ang kanyang mga mata sa isang maringal na gusali, at nasabi niya sa sarili: "O, ang oras ng Mahabagin! Tinupad ng Diyos ang aking pangarap, at ang minimithi kong kaligayahan ay

malapit ko nang makamit." Binilisan niya ang kanyang mga hakbang patungo sa kahanga-hangang gusaling iyon.

Walang guwardiya ang pumigil sa kanya, kaya pumasok siya sa pangunahing gate nang walang sagabal, at naglibot siya sa luntiang hardin na puno ng pinakasariwa at pinakakaaya-ayang mga rosas at basil nang walang nakitang kahit isang tao.

Pagkatapos ay nagtungo siya sa maharlikang bulwagan at natagpuan ang mga mesa na puno ng pinakamasarap na pagkain, naghihintay sa kanyang pagdating. Ngunit wala siyang nakitang kahit isang alipin doon. Sinabi niya sa kanyang sarili, "Napakabukas-palad Mo, O Panginoon! Binigyan Mo ako ng kahanga-hangang palasyo at ng masarap na pagkaing ito na angkop para sa mga hari. Ito ang hiniling ko sa Iyo, at ipinagkaloob Mo ang aking hiling, O Pinakamapagbigay sa mga Bukas-palad."

Kumbinsido na ipinagkaloob ng Pinakamaawain ang nais ng kanyang puso, sinimulan niyang pagnilayan ang mga kasiyahang naghihintay sa kanya, tiyak sa kanyang puso na sa wakas ay ipinagkaloob sa kanya ng Diyos na Makapangyarihan ang maharlikang kaligayahang matagal na niyang hinihintay. Bago mananghalian, pumunta siya sa maharlikang paliguan, naligo, at nagsuot ng marangyang damit na seda. Pagkatapos ay naupo siya sa marangyang mesa at sinimulang lalamunin ang mga magaganda at nakalulugod na handog nito.

Sa sandaling iyon, pumasok ang mga katulong na nagsusugal sa isang sulok ng palasyo, at taglay ang matinding galit at pagkabalisa, tinanong nila siya, na sinasabing: "Sino ka para kumain ng pagkain ng ating panginoong hari na naglakbay sa pangangaso at inaasahan natin na babalik siya anumang oras?"

Dito inakala ng ating kaibigan na sinusubok siya ng Diyos na Makapangyarihan, kaya't sinabi niya sa kanila sa matamis na tono: "Ako ay kaibigan ng Dakilang Hari, at naparito ako sa kanyang mabuting kahilingan upang tamasahin ang maharlikang kaligayahan kahit isang araw lamang"

Nang mapansin ang kanyang kakaibang kahinahunan at tiwala sa sarili, itinuring siya ng mga tagapaglingkod bilang isang panauhin ng hari at hinayaan siyang tapusin ang kanyang maharlikang pananghalian. Pagkatapos, dinala nila siya sa silid-tulugan upang magpahinga, hindi alam na ang "Dakilang Hari" na kanyang binanggit ay hindi ang kanilang monarko sa lupa na nangangaso, kundi ang Panginoong Diyos.

Pagkalipas ng halos dalawang oras, nagmamadaling dumating ang mensahero upang ipaalam sa mga tagapaglingkod na medyo nahuli ang Kanyang Kamahalan at darating sa loob ng isang oras, at inutusan silang maghanda ng sariwa at masarap na pagkain para sa kanya.

Nagtanong ang mga katulong, "Hindi ba't nagpadala ang Kamahalan ng isang panauhin upang magsaya sa kanyang pagkain at matulog sa kanyang higaan?"

Agad na napagtanto ng sugo ng hari na isa sa mga palaboy na dervish ang pumunta sa palasyo nang hindi inimbitahan, nilagok ang pagkain ng hari, at ngayon ay humihilik na sa kanyang kama. Galit na galit sa walang kapantay na kawalang-galang na ito, inutusan niya ang mga tagapaglingkod na magdala ng mga patpat upang mabasag nila ang mga ito sa ibabaw ng pulubing dervish.

Hindi na kailangang sabihin pa, nagising ang ating mahal na kaibigan mula sa kanyang maharlikang panaginip dahil sa tunog ng mga patpat na walang awang bumabagsak

sa kanya mula sa lahat ng panig. Ngunit habang walang humpay siyang binubugbog at iniinsulto ng mga katulong, humagalpak siya sa tawa, na lalong nagpagalit sa kanila, kaya ipinagpatuloy nila ang kanilang pagsalakay hanggang sa siya ay mawalan ng malay. Pagkatapos ay kinaladkad nila siya, walang malay, palabas ng mga tarangkahan ng palasyo.

Nahuli ang aming kaibigang dervish sa pagbabalik sa kanyang mga kapatid, kaya hinanap nila siya hanggang sa matagpuan nila siyang walang malay at nakahiga sa labas ng palasyo. Dinala nila siya pabalik sa kanilang tahimik na ermitanyo. Habang niluluto ng isa sa mga kapatid ang gatas, tinanong niya ito kung nagkamalay na ba siya : "Alam mo ba kung sino ang nagbibigay sa iyo ng gatas na ito?" Sumagot siya: "Oo, alam ko. Ang Diyos na nagparusa sa akin nang matindi dahil sa pagnanais na matamasa ang maharlikang kaligayahan kahit isang araw lang, siya rin ang nagbibigay sa akin ng gatas na ito ngayon."

Nagpasalamat ang iba pang mga kapatid sa Diyos para sa kaligtasan ng kanilang kapatid at hinangaan ang kanyang matibay at matibay na pananampalataya sa Diyos, hindi tulad ng mga sumasamba sa Diyos sa panahon ng kaluwalhatian at kasaganaan at itinatanggi Siya sa panahon ng pagkabalisa at paghihirap.

Samantala, bumalik ang Kanyang Kamahalan sa kanyang maringal na palasyo at iniutos na ihanda ang pagkain. Sandali siyang nagalit nang malaman niya ang kuwento ng pulubi na nangahas na kumain ng kanyang pagkain at hindi tumigil sa pagtawa habang walang awang hinahampas siya ng mga katulong gamit ang mga patpat.

Sa hindi malamang dahilan, ang hari ay labis na naapektuhan ng kuwentong gumugulo sa kanyang isipan. Inutusan niya ang kanyang mga tagapaglingkod na hanapin

ang matapang na dukha at dalhin siya sa kanya. Hinanap nila siya sa lahat ng direksyon, ngunit walang nangyari. Sa kanilang kawalan ng pag-asa na pagbabalik sa palasyo, nadaanan nila ito malapit sa ermitanyo at nakarinig ng isang malakas na tawa. Agad nilang nakilala na ito ang kanyang tawa, kaya bumaba sila sa kanilang kabayo, pinilit na pumasok sa ermitanyo, dinakip ang mabait na lalaki, at dinala siya sa harap ng kanilang pinuno.

Nang magkaharap ang hari at ang dervish, mas malakas pang tumawa ang dervish kaysa sa hari, na para bang hindi niya mapigilan ang kanyang tuwa sa loob ng kanyang puso. Sa kabila ng patuloy na paghingi ng hari na ipaliwanag niya ang kanyang pagtawa, tumangging sumagot ang dervish, kahit na may banta ng matinding parusa.

Dahil sa kuryosidad, ang hari ay gumamit ng pambobola at panghihikayat, inalok sa kanya ang kanyang trono kung sasabihin niya rito kung bakit siya tumatawa habang binubugbog siya ng mga tagapaglingkod.

Pagkatapos ay nagsalita ang dervish, na nagsasabing:

"Pakinggan mo ang sasabihin ko sa iyo at unawaing mabuti. Pinarusahan ako ng Diyos nang matindi dahil sa paghahangad ng mapanlinlang na kaligayahang panghari. Isang araw lang akong tumawa at tumatawa ako dahil nakatakas ako at napagtanto kong kung nararapat lang sa akin ang lahat ng parusang ito dahil sa pagtamasa ng mga maharlika kasiyahan sa loob ng ilang oras, paano naman ang mga walang ibang inaalala sa mundo kundi ang mga kasiyahan at kasiyahan, lalo na ang mga maharlika! Marahil dito ay may aral at babala para sa iyo, O Hari ng Panahon, dahil ang batas ng karma ay nakaabang at ang iyong kapalaran ay paparating na."

Tungkol naman sa trono mo na inialok mo sa akin, ang sagot ko ay: Maraming salamat. Itago mo na lang, dahil hindi ko ito kailangan dahil masaya ako sa Diyos at kuntento sa buhay ko, at wala akong kailangan para sa anumang bagay na makakagambala sa aking kagalakan at makakagambala sa aking kapayapaan.

Sumainyo ang kapayapaan

Mga espirituwal na kasabihan at damdamin
Ang mga sumusunod na salita ay mula kay Shri
: Dayamata tungkol sa gurong si B Ramhansa Yogananda
Naaalala ko pa rin ang una kong pagkikita sa aking
minamahal na guro. Taglay niya ang isang mapagbigay at
mapagmahal na puso kaya't lahat ng kanyang nakikilala ay
parang isang matalik na kaibigan, na para bang matagal na
silang magkakilala. Hindi mahirap buksan ang iyong puso sa
kanya mula sa unang sandali pa lamang. Ang imortal na
guro ay may kakayahang ihayag ang kanyang tunay na
espirituwal na diwa. Siya ang tunay na sagisag ng pag-ibig,
pagkakaibigan, mabubuting intensyon, at mabubuting
.hangarin

:At ngayon, sa mga kawikaan at damdamin
Titigil ang mga digmaan kapag ang mga buto ng
pagmamahalan ng magkakapatid ay nag-ugat sa puso ng
mga tao
*

Ang kasalukuyang mga kilos ng isang tao ang
magtatakda ng kanilang kapayapaan at kaligayahan sa
hinaharap o ng kanilang paghihirap at kalungkutan sa
hinaharap, dahil ang batas ng sanhi at bunga ay hindi
maaaring dayain kahit na ito ay hindi pinansin o
.nakalimutan
*

Ang materyal na kaginhawahan ay isang maliit na
bahagi lamang ng tunay na tagumpay, na hindi dapat
.makamit sa pamamagitan ng pananakit sa iba
*

Ang pinakadakilang tao ay ang mapagpakumbabang
taong nagtuturing sa kanyang sarili na mas mababa kaysa
sa iba. Ang isang tunay na pinuno ay nakikinig sa iba,
nadarama na siya ay isang lingkod ng lahat, at hindi
.minamaliit ang sinuman
*

Kapag may lumitaw na may maliwanag na ngiti, ang
kadiliman ay naglalaho. Ang mga taong ito ay nagkakalat ng
mga sinag ng kagalakan na nagbibigay-liwanag sa puso at
.nagpapasaya sa kaluluwa

Subukang alalahanin at ituon ang pansin sa lahat ng
magagandang bagay sa iyong buhay

Ang buhay ay natutulog sa magaspang na lupa,
nangangarap ng kagandahan sa mga bulaklak,
makapangyarihang nagigising sa mga hayop, at nagtataglay
.ng kamalayan sa walang hanggang potensyal ng tao

Ang pag-ibig ay isang awit ng kaluluwa na
umaalingawngaw at umaawit sa Diyos

Araw-araw, bawat minuto, bawat oras ay isang bintana
kung saan masisilayan mo ang kawalang-hanggan. Maikli
ang buhay, ngunit ito ay tuluy-tuloy at walang hanggan. Ang
kaluluwa ay imortal, at sa maikling kabanatang ito ng pag-
iral ng tao, dapat mong anihin ang iyong makakaya mula sa
.aanihin ng kawalang-hanggan

Ngayon, ipinapangako ko na hindi ko na hahayaang bumalik ako sa lusak ng kawalan ng pag-asa, ni hindi na mag-isip pa ng mga hindi natupad na pag-asa o mga pangarap na hindi makatotohanan. Sa halip na hayaan ang aking sarili na manatiling nakakulong at limitado, kikilos ako nang may karunungan, batid na ang makatuwirang pamamaraang ito ay natural na magdadala sa akin sa .kaligayahang aking hinahanap

*

Panginoon, sa mainit na yakap ng araw ay nararamdaman ko ang iyong presensya, at sa banayad na simoy ng hangin ay nararamdaman ko ang nakakapreskong hininga ng iyong buhay. Nagpapasalamat ako sa Iyo, Panginoon, sa pag-alala sa akin kahit na nakalimutan Kita, at lubos akong nagpapasalamat sa iyong walang hanggang mga pagpapala. Pagpalain Mo ako upang mabuhay kasama .ang iyong walang hanggang pag-alala

*

Alam ko, Panginoon, na maraming bagay sa mundong ito na tila bastos, kakila-kilabot, at pangit, ngunit ang kabilang panig ng nilikha na inihahayag ng panloob na mata ng karunungan ay lubhang maganda, mabuti, at kaibig-ibig. Kaya naman, lagi kong susubukang tumingin gamit ang mata ng karunungan upang makita ko ang likod ng mga pagkukulang at kapintasan ng mundong ito. Ang iyong kataas-taasang kagandahan na naghahari sa lahat ng .kagandahan

:Ang maayos na kalikasan sa mga salita

Disiplina sa sarili Pagmamahal sa iba Kabaitan sa mga hayop Pagmamahal sa mabubuting katangian Pagmamahal

sa kapayapaan at katahimikan Pagmamahal sa mga
dakilang tao Pagkamahabagin sa mga mahihirap at
nangangailangan at pagtulong sa kanila Katapatan Pagtupad
sa tungkulin nang may pagmamahal at paggalang dito
Pagmamahal sa katuwiran at reporma Pagkakaroon ng
moralidad at paggawa ng tama Paggalang sa sarili
Kahinhinan Kahinahunan Katapatan Kabayanihan Pagtitiis
Pagpapatawad Pagsunod sa mga yapak ng mga dakilang
kaluluwa at naliwanagang isipan Katapatan Magandang asal
Kabaitan Kasimplehan at kalinawan Balanse Espirituwal na
damdamin Kasiyahan Pagmamahal sa pisikal na kalinisan at
intelektwal na kadalisayan Kababaang-loob at pag-iwas sa
kayabangan Pagmamahal sa kabutihan Katarungan
Pasasalamat Paggalang sa mga sagradong bagay 623 MAM

*

Sa likod ng mga anino ng buhay na ito ay naroon ang
kamangha-mangha at kahanga-hangang liwanag ng Diyos,
at ang buong sansinukob ay isang malawak na templo para
.sa Kanyang pinagpalang presensya

*

Kapag tayo ay malalim at taos-pusong nag-iisip tungkol
sa Diyos, lubos na minamahal Siya, at lubos na nagtitiwala
sa Kanya, hindi mabilang na mga pinto ang magbubukas sa
ating harapan. At kapag nakita natin ang Kanyang liwanag at
naranasan ang Kanyang presensya, gaano man kakila-
kilabot o nakakatakot ang mga pangyayari sa buhay, ay
maaaring magnakaw ng kapayapaan at katahimikan na
.nararamdaman natin sa Kanyang presensya

*

Sa buhay at sa kamatayan, sa sakit at taggutom, o sa
kahirapan at paghihirap, at sa mga kaguluhan, kaguluhan at
pagkabalisa ng mundo, palagi akong manganganlong sa Iyo,
.O Panginoon

*

Ang natatanging katangian ng diwa ng pagnenegosyo
ang siyang nagpapakilala sa isang tao sa mundo at
nagpapakinang sa kanya na parang nagliliyab na tanglaw.
Ang mga dakilang tao ay yaong mahilig magbigay,
.maghikayat sa iba, at magtanim ng tiwala sa kanila

*

Ang mga kamangha-manghang kababalaghan na
nakikita natin sa sansinukob na ito ay nagmumungkahi sa
atin ng pagkakaroon ng Diyos; ang Kanyang presensya ay
makikita sa bawat sulok ng lahat ng nilikha, na siyang bunga
.ng Kanyang pangkalahatang pag-iisip

*

Ang isang taong bumababa ng burol ay walang
nararanasang pagtutol, ngunit sa sandaling naisin nilang
umakyat nang mas mataas, mahaharap sila sa matinding
pagtutol. Gayundin, ang isang taong dumudulas sa
kailaliman ng kasamaan ay hindi nakakaramdam ng pagtutol
hangga't hindi nila tinangkaing bumaliktad ang direksyon at
.umakyat sa burol ng kabutihan

*

Ang kaligayahan ng isang tao ay tumataas sa
pamamagitan ng patuloy na pagsisikap na mapabuti ang
kanilang sarili, at habang tumataas ang kanilang
kaligayahan, tumataas din ang kaligayahan ng mga
.nakapaligid sa kanila

*

Tandaan na ang pagdududa, kahinaan ng isip, pag-
aalala, kawalang-interes, pagkabagot, takot, pagkabalisa,
pagkamahiyain, katamaran sa pisikal at panghihina ng
intelektwal, kalabisan sa anumang bagay, walang disiplinang
pamumuhay, kawalan ng interes, at kakulangan ng
malikhaing kakayahan ay mga negatibong salik na pumipigil
sa isang tao na maakit ang kosmikong enerhiya sa isang tao

upang mapuno ang kanilang katawan at isipan ng puwersa ng buhay; samantalang ang pagnanais para sa nakabubuting gawain, pagtulong sa iba, malikhaing espirituwal na ambisyon, katahimikan, katapangan, isang matatag at matatag na sikolohikal na saloobin, pagpaparaya, pagtitiis, at kapayapaan ay pawang mga daluyan kung saan maaaring dumaloy ang kosmikong enerhiya at tulongan kang .makayanan ang mga pangyayari sa buhay

*

Isa sa mga bisita ang nag-isip na hindi lohikal ang pag-iisip tungkol sa Diyos, kaya sumagot ang gurong si :Paramahansa

Sumasang-ayon sa iyo ang mundo, ngunit paraiso ba" ang mundong ito? Ang tunay na kagalakan ay hindi para sa mga taong tumalikod sa Diyos, dahil ang Diyos mismo ang pinakadakilang kagalakan, at ang Kanyang mga mananamba ay nabubuhay sa isang kanlungan ng panloob na kapayapaan sa mundong ito, habang ang mga nakakalimot sa Kanya ay gumugugol ng kanilang mga araw at gabi sa isang impiyerno na kanilang sariling gawa, nasusunog ng apoy ng takot at pagkabigo. Samakatuwid, ang pag-iisip tungkol sa Diyos at paglapit sa Kanya ang siyang pinakadiwa ".ng katuwiran at diwa ng lohika

*

Ang mga tao ang pinakamarangal sa mga nilikha ng Diyos, pinagkalooban ng talino at kakayahang mag-isip; kaya naman, hindi nila dapat sayangin ang kanilang oras. Binigyan ng Diyos ang sangkatauhan ng malayang pagpapasya at kalayaang pumili, upang maiwan nila ang lahat ng makamundong ambisyon at mahalín ang Diyos, na .nagkaloob ng mga kaloob na ito sa kanila

*

Sa puso ay may magnet na umaakit sa mabubuti at tapat na mga kaibigan. Ito ang magnet ng altruismo at .pagkabukas-palad

*

Ang ating mga puso ay ang mga butil, at ang banal na
pag-ibig ang sinulid na nagbubuklod sa kanila at
nagpapanatili sa kanila na malapit sa isa't isa sa isang
.korona ng pagkakaisa at pagkakasundo

*

Pasalamat natin ang Diyos na naglagay sa atin sa
mundong ito, na siyang ating dakilang tahanan, at mamuhay
tayo nang may kagalakan, pagkakasundo, at pagsunod sa
Kanyang kalooban upang ang ating tahanan ay maging ayon
.sa nais Niya para sa atin

*

Lumayo sa karamihan at tuklasin ang iyong sariling mga
kalakasan at potensyal. Huwag hayaang manghina ang
iyong loob, at huwag pansinin ang mga negatibong opinyon
ng mundo. Magpatuloy nang matatag sa iyong landas, may
tiwala na ang walang hanggang kapangyarihan ng Diyos ay
sumasaiyo, sumusuporta at gumagabay sa iyong mga
.hakbang

Ang mga may naliwanagang pananaw ay nagtitipon ng
mga rosas at bulaklak ng katotohanan mula sa mga hardin
ng kaalaman at nagtatrabaho upang maliwanagan at
pagandahin ang mga kaluluwa gamit ang mga marangal at
pinong katangian na magiging karapat-dapat sa kanila na
.makapasok sa paraiso ng pangkalahatang karunungan

*

Hindi natin dapat kamuhian ang iba dahil naiiba sila sa
atin, o dahil naiiba ang kanilang mga opinyon sa atin. Hindi
rin natin dapat igiit na ang sarili nating mga paniniwala
lamang ang tama. Mas mainam na magsama-sama at
talakayin ang ating mga opinyon nang may bukas na isipan
at paggalang sa isa't isa, na isinasaisip na ang matatalinong

tao ay hindi nag-aaway kundi sinusuri ang mga bagay-bagay
.nang mahinahon at makatwiran

*

Ang mabubuting intensyon ay parang isang malinaw na
diyamante kung saan ang liwanag ng Diyos ay sumisikat at
.nagniningning nang wagas sa ating buhay

*

Hinihiling namin sa Iyo, Panginoon, na pagningasin ang
apoy ng banal na pag-ibig sa aming mga puso at hayaan ang
aming mga kaluluwa na manabik sa Iyo at pahalagahan Ka
araw at gabi. Ipagkaloob mo sa amin ang Iyong pag-ibig
upang sa sandaling maisip Ka namin, ang kagalakan ay
mapuno ng aming mga puso at ang aming mga kaluluwa ay
.magagalak sa Iyong presensya

Sinunog ko ang malungkot na nakaraan, binalewala ang
mga buto ng pangamba at pagkabalisa tungkol sa
hinaharap, at nilakad ang nakakalat na abo ng takot at pag-
aalala

Ang iyong bangko ng kaligayahan

Tumigil sandali at mag-isip! Hindi ba't mas mabuting
?mamuhay nang simple at maging tunay na mayaman
Maaaring mawala ang perang pinaghirapan mong kitain
kung malugi ang iyong bangko. Ngunit ang espirituwal na
kaligayahang naipon mo sa bangko ng iyong matibay na
paninindigan at matatag na determinasyon ay hindi
kailanman mawawala; ang halaga nito ay tataas at dadami
.lamang

Ikaw ang tagapamahala at mamumuhunan sa sarili
mong bangko ng kaligayahan. Kung alam mo kung paano
ganap na gampanan ang dalawang tungkuling ito, at kung

paano patuloy na dagdagan ang iyong mga deposito ng
.kaligayahan, imposibleng mabigo ka, kung loloobin ng Diyos

*

Sa katahimikan ng katahimikan, ang katotohanan ay
sumisikat sa kamalayan tulad ng araw na sumisikat sa
hamog

*

Kung ang isang tao ay mawawalan lamang ng
kayamanan, wala siyang tunay na mawawala, dahil kung
mayroon silang kalusugan, kasanayan, at mahusay na
pamamahala, maaari pa rin silang manatiling masaya at
kumita ng mas maraming pera. Kung mawawalan sila ng
kalusugan, mawawala ang halos lahat ng kanilang
kaligayahan. Ngunit kung mawawala ang kanilang layunin sa
.buhay, mawawala ang lahat ng mahalaga

*

Hindi ko tinitingnan ang sinuman bilang estranghero sa
akin, at masaya akong mahalin ang lahat nang may buong
pagmamahal na inilagay ng Diyos sa aking puso, at hindi ko
.maaaring ibukod ang sinuman sa aking bilog ng pag-ibig

*

Kapag lubos mong naitutuon ang iyong isip, ang iyong
mga pandama ay magiging kayang tumagos kahit saan at
.ang iyong persepsyon ay puno ng enerhiya

*

Dapat sanayin ng isang tao ang kanyang sarili at ang
mga miyembro ng kanyang pamilya na huwag magtsismis
tungkol sa iba o pag-usapan ang kanilang mga pagkakamali
at pagkakamali, at sa halip ay magtuon sa pagpapabuti ng
.sarili at pagwawasto ng kanyang sariling mga pagkakamali

*

Ang pag-unlad ng dalisay at walang kundisyong pag-ibig
sa pagitan ng mag-asawa, mga magulang at kanilang mga

anak, kaibigan at kaibigan, sarili at lahat, ang aral na ating
.natutunan sa mundong ito

*

May mga taong hindi natututo mula sa mga aral ng sakit
at kasiyahan, namumuhay nang puno ng panghihinayang at
pagkabigo dahil hindi nila iniwasan ang mga kilos na
nagdudulot ng pagdurusa ni sinusunod ang mga landas
tungo sa kaligayahan. Napakakaunti, pagkatapos masunog
ng apoy ng kamangmangan, ang umiiwas sa pag-uulit ng
mga pag-uugaling nagdudulot ng kalungkutan at paghihirap.

At mayroon ding mga madaling maimpluwensyahan ng
kasiyahan at nagagapos ng kalungkutan, na
nangangailangan ng isang matatag na sikolohikal na estado
.na nailalarawan sa pamamagitan ng pananaw at balanse

*

Kung walang panloob na kaligayahan, ang isang tao ay
nagiging bihag ng mga problema at alalahanin. At ang
kaligayahan - mga kaibigan ko - ay hindi limitado sa
tagumpay at kayamanan lamang, sapagkat ang tunay na
kaligayahan ay nakabatay sa pagharap sa lahat ng uri ng
pagkabigo, kahirapan, at problema sa buhay nang may
.kasipagan at optimismo para sa kabutihan

*

Ang mabuting kalusugan, kahusayan sa pag-iisip,
kasiya-siyang gawain, at karunungan ay pawang
mahahalagang elemento para sa paglinang ng kaligayahan.

Ang panloob na ilog ng kagalakan ay dapat patuloy na
dumadaloy sa ilalim ng matigas na bato ng mga pagsubok
.sa buhay

*

Ang buhay at kamatayan ay dalawang magkaibang
yugto ng pag-iral, at ang sangkatauhan ay bahagi ng buhay
na walang hanggan. Kapag ang isang tao ay nakatagpo ng
kapayapaan at kalinawan ng isip, naaantig niya ang walang
.hanggang espirituwal na kakanyahan

*

Kung gagamitin mo ang lahat ng panlabas na paraan na magagamit mo bukod pa sa iyong likas na kakayahan upang malampasan ang bawat balakid sa iyong daan, magagawa mo ito sa pamamagitan ng pagpapaunlad at pagpapahusay .ng mga kapangyarihang ibinigay sa iyo ng Diyos

*

O Banal na Tagapagtanggol, Naroroon sa Lahat, kapag ang mga ulap ng digmaan ay nagpapadala ng ulan ng gas at .apoy, maging aking kanlungan at santuwaryo Sa kamatayan at buhay, sa sakit at taggutom, sa mga epidemya at sakuna, sa pagkabalisa at paghihirap, lagi .akong magkukubli sa Iyo Hayaan mong mapagtanto ko na ako ay isang imortal na espiritu, hindi naaapektuhan ng mga pagtaas at pagbaba ng pagkabata, kabataan, katandaan, at ng mga biglaang .pagsabog ng mundo

*

Gawin ang iyong bahagi sa pagbuo ng pangmatagalang pagkakaibigan sa pamamagitan ng pagiging isang tunay na kaibigan

*

Sa mundo ng mga panaginip, nakakalimutan natin ang ating mga pangalan, katawan, nasyonalidad, ari-arian, at kahinaan, at hindi natin namamalayang tinatamasa natin ang isang dakilang kalayaan, na siyang kalayaan ng kaluluwa. Dapat tayong magkaroon ng katulad ngunit malay .na kamalayan sa likas na kalayaang iyon

*

Ang mga espirituwal na tungkulin ay dapat gampanan nang may nakapokus na pag-iisip, at ang mga makamundong tungkulin nang may maingat na atensyon. Dapat panatilihing matatag ang mga paa sa lupa at ang ulo ay nakataas sa ibabaw ng mga ulap ng kamangmangan, sa .nagniningning na mga abot-tanaw ng karunungan

*

Ang liwanag at kapangyarihang nagpoprotekta ng Diyos
ay patuloy na nagniningning sa loob ko at dumadaloy sa
akin, at ang haplos ng Kanyang kapayapaan ay nagbukas ng
.mata ng karunungan sa aking kaluluwa

Ang buhay na walang mga patakaran ay humahantong
sa may-ari nito sa kalungkutan at kawalang-tatag ng
sikolohikal. Ang isang taong nabubuhay nang walang
disiplina at prinsipyo sa moralidad ay isang taong puno ng
pagkabalisa at pag-aalala sa intelektwal, habang ang isang
taong natututo ng pagpipigil sa sarili at pagkontrol sa
magulong mga pagnanasa ay nakakaalam ng daan patungo
.sa tunay na kaligayahan

*

Sa aking espirituwal na pag-iisa, tumitindi ang aking
mga pananabik, at ang aking puso ay nananabik na marinig
ang tinig ng Banal na Minamahal. Itatapon ko ang lahat ng
makamundong tinig na nakatago sa mga tupi ng aking
alaala upang mapakinggan ko ang pinakabanal na tinig na
umaawit magpakailanman sa katahimikan ng aking
.kaluluwa

*

Ang araw ng aking pag-ibig ay hindi kailanman lulubog
sa abot-tanaw ng aking mga iniisip tungkol sa iyo, ni hindi ko
ibababa ang aking tingin sa kahit ano maliban sa iyo, ni hindi
ako gagawa ng anumang bagay na hindi nagpapaalala sa
iyo. Ang mga kilos na bunga ng kamangmangan at
kahangalan ay humahantong sa mga kakila-kilabot na
panaginip at nakakatakot na bangungot, kaya hayaan mo
akong maghabi lamang ng matatamis na panaginip ng mga
marangal na tagumpay, sapagkat ang mga ito ay bunga ng
.iyong inspirasyon at iyong gabay

*

Ang buhay na walang pang-unawa ay espirituwal at pisikal na pagpapakamatay. Mapalad ang mga nagtataglay ng pang-unawa, sapagkat ang pang-unawa ang pinakamalaking pangangailangan sa espirituwal na landas at sa mga kalsada ng buhay. Ang pang-unawa ay isang gabay na ilaw na nagbibigay-liwanag sa daan ng isang tao at nagdudulot ng tagumpay. Bago makamit ng isang tao ang pinakamataas na layunin ng buhay, dapat taglayin ng isang tao ang mahalaga at mahalagang katangiang ito. Ang pang-unawa ay dapat maging gabay na puwersa sa bawat sitwasyon. Gaano man kahirap ang mga pagsubok na ating kinakaharap, dapat tayong magkaroon ng tunay na pang-unawa.

*

Hindi tayo sinasaktan at pinahihirapan ng Diyos; bagkus, tayo ang tumutulong o nananakit sa ating sarili sa pamamagitan ng ating pang-unawa at pag-unawa, o ng ating .hindi pagkakaunawaan at kakulangan ng pang-unawa

*

Dapat tayong manalangin sa Diyos na bigyan tayo ng pang-unawa, anuman ang mga pagsubok na ating kinakaharap o mga pangyayaring ating kinakaharap. .Tanging ang pang-unawa lamang ang poprotekta sa atin

*

Kapag ang aking mga karanasan ay nagiging mas matindi at malala, ang una kong pagtatangka ay ang makahanap ng pag-unawa sa aking sarili. Hindi ko sinisisi ang mga pangyayari o sinusubukang itama ang iba; sa halip, pumapasok ako sa aking sarili at sinusubukang linisin ang aking espirituwal na kuta, inaalis ang anumang maaaring magtago sa panloob na liwanag na iyon, hadlangan ang mga kapangyarihan ng kaluluwa sa pagpapakita, o pigilan ang mga ito sa pagpapahayag ng kanilang mga sarili. Iyan ang .paraan upang mabuhay nang matagumpay

*

Ang pagtakas sa mga problema ay maaaring tila ang
pinakamadaling solusyon, ngunit ang isang tao ay
nagkakaroon ng lakas kapag nakaharap niya ang isang
mabigat na kalaban. Ang mga taong hindi nahaharap sa mga
kahirapan ay hindi lumalago, ni hindi rin lumalakas ang
.kanilang determinasyon

*

Naglalaho ang takot kapag taglay natin ang pang-
unawa; sa pang-unawa ay mayroong seguridad at
proteksyon

*

Marami na akong naranasan sa buhay, at ang
pinakamahirap sa mga ito ay sa mga taong hindi ako
naintindihan. Nakakita na ako ng mga taong minahal ko—
mga taong pinagbigyan ko ng puso ko—ng hindi ako
naintindihan at tinalikuran ako. Ngunit hindi iyon lumikha ng
kapaitan sa akin dahil natatakpan ng kapaitan ang pag-
unawa. Hindi ko hinahayaang masaktan ang aking sarili sa
mga hindi pagkakaunawaan ng iba. Sa halip, sinusubukan
kong tulungan sila kung sila ay tumatanggap at nagpapadala
.sa kanila ng mabubuting intensyon at mabubuting hangarin

*

Ang pinakamalaking kagalakan ko ay ang pagbabahagi
ng mga kababalaghan ng Diyos sa mga taong sumasaakin at
nagtitiwala sa akin, at sa pagpapalakas ng kanilang
pananabik para sa banal na liwanag na nagbigay sa akin ng
.di-mailarawang ginhawa, kalayaan, at seguridad

*

Lahat ng paghihirap na iyong kinakaharap sa buhay na
ito ay ginawa upang magbigay-inspirasyon at mag-udyok sa
iyo na magsumikap nang higit pa upang maabot mo ang
mas mataas na antas. Paunlarin ang iyong lakas ng loob

upang makontrol mo ang iyong mga pangyayari sa halip na
hayaan silang kontrolin ka. Gumawa ng maayos na mga
plano para sa iyong buhay upang maisakatuparan mo ang
lahat ng mabubuting bagay na gusto mong gawin at alam
.mong dapat mong gawin
*

Ang mga taong masyadong nakadikit sa mundong ito ay
nakakalimutan ang Diyos, at kaya naman nawawala sa atin
ang lahat ng ating pinahahalagahan. Inaalis ng
pangkalahatang batas ang mga bagay na ito sa atin o inaalis
ang mga ito sa ating buhay hindi para parusahan tayo, kundi
bilang pagsubok upang makita kung mas mahal natin ang
.sangnilikha kaysa sa Lumikha
*

Ang mga mahihina ang kalooban ay laging nagsasabing
"oo," habang ang mga dakilang kaluluwa ay puno ng mga
"pampanitikang "hindi
*

Ngayon ay gagamitin ko ang aking kakayahang mag-isip
nang malikhain upang makamit ang tagumpay sa bawat
kapaki-pakinabang na pagsisikap na balak kong gawin, at sa
paggawa nito ay magagamit ko nang maayos ang lahat ng
.kapangyarihang ipinagkaloob sa akin ng Diyos
*

Ang tunay na kaligayahan ay pangunahing nakabatay sa
sikolohikal na estado ng isang tao. Ang kasiyahan,
kasiyahan, kapayapaan, at katahimikan ay pawang mga
.palatandaan ng kaligayahan
*

Dapat magsikap ang isang tao na magkaroon ng
mabuting kalusugan, mahusay na pag-iisip, mga
pangangailangan para sa wastong buhay at trabaho,
mahusay na pagpapasya, at wastong pag-unawa, at hindi
dapat hayaang madaig ng maling kapaligiran o mga
.pangyayari

*

Ang mga tao ay kadalasang naghahabi ng mga cocoon na nagkukulong sa kanila at nagtatali ng mga lubid na nagbibigkis sa kanila. Dapat nilang maunawaan ang mga sanhi ng mga hadlang na ito upang mapuksa ang mabagal na kumakalat na sakit sa kanilang mga isipan at katawan. Ito ay magdudulot ng sikolohikal na pagbabago, na magbubukas ng daan patungo sa kaligayahan, ang paglitaw ng espirituwal na kamalayan sa abot-tanaw ng kanilang mga buhay, at ang paggising ng mga mahahalagang puwersa sa loob ng Kamalayan ay dapat itaas mula sa kaibuturan ng kamangmangan patungo sa kasukdulan ng pag-unawa at .kaalaman

*

Ang isang taong nag-aalaga ng matinding takot ay umaakit sa mga bagay na sinusubukan nilang iwasan, at ang patuloy na takot ay nakakasira ng mga nerbiyos at nagdudulot ng sakit sa katawan. Kapag ikaw ay puno ng .lakas, enerhiya, at sigla, ang sakit ay umaalis sa katawan

*

Ang kaluluwang nalulugod sa awit ng optimismo ay hindi gustong marinig ang malupit na tinig ng pesimismo, at ang isip na laging nakadirekta sa bituin ng espirituwal na paggising ay nagiging isang malakas at nakaugat na isip na .hindi nakakaalam ng pag-aalinlangan o pag-aalinlangan

*

Malalim akong tumingin sa isang bulaklak, at agad kitang nasilayan, O espiritu ng mga sansinukob. Ito ay mabango sa halimuyak ng iyong presensya, ang mga talulot nito ay may bahid ng kawalang-muwang, at ang ginintuang liwanag ng iyong karunungan ay sumikat sa puso nito. Ang balingkinitang tangkay at ang berdeng usbong ay sinuportahan ng iyong kapangyarihan, at ang mga lihim ng

buhay at kawalang-hanggan ay nakatulog sa alikabok ng
polen. Ang iyong walang hanggang haplos ay nagbigay
inspirasyon sa bubuyog, at sinimulan nitong higupin ang
.nektar ng iyong tamis

*

Ipakita mo sa akin ang mga kababalaghan ng paglikha,
ang iyong walang katapusang mga lihim, na nakatago sa
.pinakamagagandang dahon ng damo sa gilid ng kalsada

*

Ang bawat ama at ina ay dapat magtaglay ng
karunungan at kahinahunan ng pagiging ama at ng
kahinahunan at lambing ng pagiging ina, at ang dalawang
katangiang ito ay dapat na balanse at komplementaryo sa
.bawat isa sa kanila

*

Magkakalat ako ng mga bituin ng kagalakan at
optimismo upang pawiin ang kalungkutan mula sa mga
kaluluwa, at magpapakalat ako ng mga sinag ng pakikilahok
.na may empatiya upang aliwin ang mga nagdadalamhati

*

Nandito tayo ngayon, at bukas ay bababa tayo na
parang mga ulap—mga anino lamang sa kosmikong
panaginip. Ngunit sa likod ng panandalian at panandaliang
imaheng ito ay naroon ang walang hanggang espiritu, at ang
.ating mga kaluluwa ay hindi mapaghihiwalay na bahagi nito

*

Ang Diyos ang nag-iisang katotohanan. Dapat tayong
patuloy na manalangin na ang mga pagsubok sa buhay ay
hindi makahadlang sa ating pag-alaala sa Kanya. Kapag
nananalangin ako sa ganitong paraan, nakakatanggap ako
ng mas malaking resulta kaysa sa anumang oras. Kung
gayon, kahit na may mangyaring seryoso, hindi nito
mapipigilan ang aking pag-iisip sa Kanya; sa halip,
nakakaramdam ako ng ligtas at panatag sa Kanyang banal
.na presensya

*

Ang buhay dito ay tila tigang at magulo hanggang sa makarating tayo sa mga dalampasigan ng kaligtasan. Kaya nga lagi kong sinasabi na narito ako upang magpatotoo sa kahalagahan at kaluwalhatian ng tunay na katotohanan.

Hindi natin dapat iasa ang ating mga pag-asa sa mga panandaliang makamundong layunin at mga marupok na materyal na pagkakabit. Ang ganitong mga manipis na koneksyon ay hindi namamalayang naglalayo sa atin mula sa ating pinakamataas na layunin, tulad ng paglalayo nila sa .atin mula sa ating tunay na sarili

*

Ang kapaligiran ay lumilikha ng mga ilusyon sa mga tao at ginagawa silang dakila sa kanilang sariling paningin. Ang seryosong hangarin ay dapat malampasan ang pansamantala at panandaliang kamalayan sa kapaligiran at kilalanin ang katotohanan sa loob ng kanyang sarili upang ang katotohanang ito ay maging kanyang natural na .kapaligiran at ang tanging impluwensya sa kanyang buhay

Hinihiling natin sa Diyos na bigyan tayo ng inspirasyon ng patnubay at akayin tayo patungo sa Kanya, at tulungan tayong matagpuan Siya bago tayo lumisan sa mundong ito. Anuman ang uri ng mga pagsubok na ating kinakaharap at ang sakit na ating tinitiiis, hindi tayo dapat mawalan ng pag-asa na ang tulong ng Diyos ay malapit, na sinasagot Niya ang bawat taos-pusong panalangin, na puno ng pananabik, at na hindi Niya pababayaan ang Kanyang mga minamahal o .iiwan sila sa awa ng tadhana

*

Hindi garantiya ng kayamanan ang kalusugan, kapayapaan ng isip, o produktibidad. Gayunpaman, kapag nakamit natin ang kahusayan at kapayapaan, tiyak na

makakamit natin ang balanseng tagumpay sa pananalapi
.bilang resulta

*

Sa loob mo ay isang kahanga-hanga at kamangha-
manghang hardin ng pinong mga kaisipan, mabango sa
halimuyak ng pag-ibig, kabaitan, pag-unawa, at kapayapaan.
Ang mga bulaklak nito ay hindi masukat ang kagandahan
.kaysa sa mga bulaklak sa lupa at mga materyal na halaman

*

Kapag ibinigay mo ang iyong dalisay na pag-ibig,
nagtanim ka ng isang mabangong rosas, at ang halimuyak
ng pag-ibig na iyon at ang bango ng pang-unawang iyon ay
mas tumatagal kaysa sa anumang bulaklak sa lupa at iyon
!ang katotohanan

*

Ang isang tao ay hindi dapat matakot sa anumang
bagay maliban sa takot sa sarili nito, dahil ito ang
pinakamalaking kaaway ng tagumpay at kalusugan.
Nilalason nito ang isip, inilalabas ang mga bagay na
kinatatakutan, pinatitindi ang sakit, sinisira ang puso, at
sinasaktan ang sistema ng nerbiyos at utak. Samakatuwid,
dapat itong madaig sa pamamagitan ng pananampalataya
sa Diyos, positibo at malikhaing pag-iisip, optimismo, pag-
asa, at tiwala sa banal na proteksyon. Ang mga umiibig sa
Diyos at lumalakad sa Kanyang liwanag ay hindi madaig ng
kadiliman ng takot, dahil ang Diyos ay kasama nila, at
.sinumang may Diyos na kasama nila ay ligtas

*

Ang mga pista opisyal ay nagiging mas maganda at
espirituwal sa pamamagitan ng pagpapalitan ng mga
espirituwal na kaloob ng pagmamahal, kapayapaan,
.kagalakan, pagpaparaya, at mabubuting hangarin

*

Kapag ibinabaling natin ang ating mga puso sa Diyos at
nagsusumamo sa Kanya nang may lubos na pagmamahal at

matinding pananabik, matatagpuan natin Siyang malapit at mabilis na magpatawad at magbigay, dahil sa paggawa nito ay naaantig natin ang Kanyang mahabagin at unibersal na .puso at ang Kanyang walang kundisyong banal na pag-ibig

*

Ang totoong buhay ay higit pa sa pagkain, pagtatrabaho, at pagtulog lamang, kaya gagamitin ko ang kaloob ng katwiran upang hanapin at matagpuan ang Diyos, at gagawa ako para sa aking kaligtasan sa pamamagitan ng .paglilingkod sa aking mga kapatid sa sangkatauhan

*

Maraming tao ang narito na at iniwan ito, ngunit itinuturing pa rin natin ang tunay na pamumuhay dito na parang mananatili tayo rito magpakailanman. Ang matalinong tao ay ang taong patuloy na nag-aalala sa Diyos, dahil ang patuloy na pagmumuni-muni sa Kanya ang landas tungo sa kalayaan mula sa pangarap na ito ng .kapanganakan at kamatayan

*

Naglagay ang Diyos sa atin ng mabubuting kapangyarihan at enerhiya upang malampasan ang lahat ng balakid na humahadlang sa ating daan at mga pagsubok na ating kinakaharap, at dapat tayong magsikap upang ilabas ang mga di-magapi na kapangyarihan at di-nauubos na .enerhiyang iyon

*

May mga taong hindi nagbabago; tumatanda sila at kumakapit sa parehong mga gawi at paraan ng pag-iisip. Matatawag itong mga sikolohikal na labi. Ang ilan sa mga labi na ito ay espirituwal. Ang mga taong ito ay namumuhay nang perpekto at mapayapa ngunit hindi nagsisikap na paunlarin ang kanilang pang-unawa o palawakin ang kanilang mga abot-tanaw, nananatiling walang pagbabago. Kulang sila sa kakayahang maunawaan ang mga pangangailangan, sigasig, at interes ng nakababatang

henerasyon. Maaaring medyo katanggap-tanggap ito, ngunit kapag kinondena at pinupuna nila ang bagong henerasyon nang walang kaalaman, nagiging matigas ang kanilang intelektwal na pananaw. Sa kabilang banda, maraming kabataan ang nabibitag ng mga pagkakamali dahil hindi nila iginagalang ang mga opinyon ng kanilang mga nakatatanda o nakikinig sa kanilang payo. Iniisip nila na ang mga nakatatanda ay lipas na sa panahon at samakatuwid ay hindi na kailangang makinig sa kanila o sundin ang kanilang payo dahil ang kanilang mga ideya ay luma na at hindi na ginagamit. Sa kanilang kabataang pagnanais na maging moderno, nilalabag nila ang maraming lumang tuntunin hangga't maaari. Ngunit dapat nilang tandaan na ang mga nakatatanda ay may bigat at halaga; sila ay nabuhay na sa maraming taon at nakakita at natutunan nang marami. Ang mga miyembro ng luma at bagong henerasyon ay dapat magsikap na matuto mula sa isa't isa, dahil ang parehong luma at bagong mga artifact ay may kani-kanilang mga .bentahe at benepisyo

*

Walang mas dakilang pagsubok kaysa sa pagkaalam na ang ating Lumikha ay kasama natin. Dapat nating asahan ang Kanyang presensya at sabik sa Kanya, sapagkat binabantayan Niya tayo sa lahat ng paraan. Anuman ang mga problema, gaano man kalaki ang kalungkutan, sakit, o karamdaman, humingi tayo ng ginhawa at kapanatagan mula sa Diyos, at humingi tayo sa Kanya ng karunungan at patnubay. Sasagutin Niya tayo hangga't tayo ay nagtitiwala .sa Kanya, minamahal Siya, at hihingi ng Kanyang tulong

*

Ang pag-ibig ay ang halimuyak ng mga namumulaklak na liryo at ang tahimik na koro ng mga rosas na nagdiriwang ng kagandahan ng kalikasan. Ang pag-ibig ay awit ng kaluluwa, isang himno sa buhay, at ang maindayog at balanseng sayaw ng mga planeta sa kanilang walang

hanggang paglalakbay sa kalawakan ng kalawakan. Ito ang uhaw ng mga bulaklak na humigop ng mga sinag ng araw, mamulaklak at mapawi ng elixir ng buhay. Ito ang pananabik ng mundo na pakainin ang mga tuyot na ugat gamit ang gatas nito at alagaan ang lahat ng buhay gamit ang dagta nito. Ito ang makapangyarihang kalooban ng araw na panatilihin buhay at masigla ang lahat ng nilalang, at ang salpok ng buhay na protektahan at pangalagaan ang mga mahihina. Ito ang ngiti ng kawalang-malay na pumupukaw ng pagmamahal ng magulang para sa sanggol at ang kusang pagpapasakop sa mga puso ng mga magkasintahan upang mag-alok ng serbisyo at aliw nang walang inaasahang kapalit. Ito ang pulso ng pagkakaibigan na nagpapagaling ng mga pusong sawi at nagpapagaling ng mga sugat. Ito ang sigaw ng puso na hindi kayang ilarawan. Ito ang makata na umaapaw sa pagmamahal para sa sangkatauhan, nasasaktan ng pagdurusa nito. Ito ang patuloy na lumalawak na bilog ng pagiging malapit sa mga miyembro ng isang pamilya, na patuloy na lumalaki sa mas malawak na espasyo at mas malawak na abot-tanaw. Ito ang bulong ng buhay sa mga lupain ng bukas na isipan. at ang kalangitan ng mga pusong puno ng mga bituin ng marangal na emosyon. Ang pag-ibig ay ang kaligayahan ng kaluluwa, na hinahangad at inaasam ng mga mapagmahal na kaluluwa na makamit at .makaugnay

*

Sumama Ka sa amin, Panginoon, at tulungan Mo kaming maisakatuparan ang aming mga tungkulin at madama ang Iyong pinagpalang presensya na nagpapaginhawa sa puso at .nagbibigay ng kapayapaan at pag-asa sa kaluluwa

Maliban kung gagamitin mo ang preno ng pagpipigil sa sarili habang nagmamaneho ng sasakyan ng iyong buhay, mapapasailalim ka sa awa ng mga hindi makontrol na

emosyon at maling pagnanasa na nagmumula sa ego. Dapat mong magamit ang preno kung kinakailangan upang maiwasan ang iyong sarili na kumilos nang pabaya, lumihis sa tamang landas, at mahulog sa hukay ng sakit at pagdurusa. Sup24

Ang maling paggamit ng mga salita ay isa sa mga pinakamapanganib at pinakamapanirang sandata. Ang pangunahing sanhi ng galit ay ang malupit at nakasasakit na pananalita. Dapat iwasan ang tsismis at walang kabuluhang daldalan, iwasan ang mga argumento at hindi .pagkakasundo, at alisin ang mga agresibong tendensiya

*

Kung ang isang mag-asawa ay magalit at magalit sa isa't isa, ang pinakamahusay na gawin ay ang lumayo ang isa at umiwas sa pagsagot hanggang sa humupa ang sitwasyon. Kung ang isa sa kanila ay magbitaw ng masasakit na salita, mas makabubuti para sa isa na huwag tumugon nang ganoon, sa halip ay manatiling kalmado hanggang sa humupa ang galit. Kung ang asawang babae ay sumigaw sa kanyang asawa at ang asawang lalaki ay tumugon nang malakas, ang asawang lalaki ay magdurusa nang dalawang beses: una mula sa kanyang masasakit na salita at pagkatapos ay mula sa kanyang sariling malupit na tugon, na sa huli ay makakasama sa kanyang sarili una sa lahat. Maaari itong humantong sa diborsyo o iba pang hindi kanais-nais na mga kahihinatnan. Mahalaga rin na iwasan ang katigasan ng ulo o pagtrato sa isa nang may pagmamataas. Kasabay nito, dapat iwasan ang pakikipagtalo at pag-aaway, at sa halip ay maghintay hanggang sa maibalik ang .kahinahunan at panloob na kapayapaan

*

Huwag mong hayaang nakawin ng kahit sino ang iyong kapayapaan, at huwag mong nakawin ang kapayapaan ng

iba sa pamamagitan ng pasalita (o nakasulat) na mga insulto. Sa galit o sa init ng sandali, maaaring makapagsabi ang isa ng isang bagay na hindi naaangkop, isang bagay na hindi niya sinasadya, at pagkatapos ay pagsisisihan ito, habang ang ibang tao ay maaalala ang mga salitang iyon sa loob ng dalawampung taon. Sa ganitong diwa, ang memorya ay isang masamang bagay. Ang kapangyarihan ng memorya ay isang biyaya kung gagamitin nang maayos, ngunit ito ay mapaminsala kung gagamitin bilang imbakan ng .masasamang bagay na ginawa sa atin

Kapag nagising tayo sa Diyos, matatanto natin na ang buhay ng tao ay isa lamang serye ng mga anino at liwanag .na ipinakikita sa kosmikong screen ng sinehan

Nasanay na tayong madama ang mga bagay na kayang maramdaman at maintindihan ng ating mga pandama, at kadalasan ay nananatiling hindi natin namamalayan ang mga banayad na puwersa sa ating paligid. Ngunit ang bawat pag-iisip natin ay lumilikha ng isang tiyak na banayad na vibration. Ito ang dahilan kung bakit hindi maitago ng isang tao ang kanilang tunay na kalikasan mula sa iba. Kung sila ay nagkamali, alam nila ito nang malalim, kahit na sa tingin nila ay itinatago nila ito, dahil ang pakiramdam ng pagkakamali ay nananatili sa mga iniisip, at malalaman ito ng iba dahil ang mga vibration ng mga kaisipang iyon ay magpapakita ng kanilang mga sarili sa isang paraan o iba pa sa pamamagitan ng kanilang mga kilos. Nalalapat din ito sa mabubuting gawa at kaisipan. Kapag iniisip natin ang Diyos at binibigkas ang Kanyang pangalan—malakas, bulong, o tahimik—naglalabas tayo ng espirituwal na vibration sa eter, .na tumatawag sa Kanyang pinagpalang presensya

O Panginoon, ang mga sinag ng Iyong pag-ibig ay
pantay na sumisikat sa lahat ng miyembro ng Iyong
kosmikong pamilya. Ang sangkatauhan ang dapat sisihin sa
pagiging malabo at hindi tinatablan ng liwanag, dahil sa
depekto nitong pag-iisip. Nawa'y ang Iyong kapangyarihan
ay tumagos sa aking pagkatao at pawiin ang makapal at
madilim na singaw ng mundong ito, upang ako ay maging
isang malinaw at makintab na salamin na sumasalamin sa
.Iyong dalisay at nagniningning na imahe

*

Ang pag-ibig ay dapat tunay, at kapag ito ay
nagmumula sa puso, ito ay tunay

*

Kung babaling ka sa banal na liwanag, makakatagpo ka
ng isang banal na kapangyarihan na may kakayahang
magbigay-liwanag at magpagaan sa iyong landas at
magbigay sa iyo ng kalusugan, kaligayahan, kapayapaan,
.kalayaan, at tagumpay

*

Kung mahirap kumita ng pera, mas mahirap makamit
ang sikolohikal na balanse. Dapat maging mabait at
mahinahon ang isang tao sa kanyang pananalita, pag-iisip,
.at pisikal na kilos

Ang mga tao ay may dalawang kalikasan: ang kalikasan
ng tahanan at ang kalikasan ng salon. Sa bahay, tayo ay
nagpapakalma at nararamdaman ang ating tunay na
kalikasan, ngunit madalas nating hinahangad na sana'y
iniwasan natin ang natural na pag-uugali dahil sa
pamamagitan ng pag-uugali ay naipapakita natin ang mga
pangit na bagay na hindi dapat sana'y ipahayag, lalo na
kung nagdudulot ang mga ito ng pinsala sa mga nakapaligid
.sa atin

Ginagaya natin ang mentalidad ng salon kapag
lumalabas tayo nang elegante, nakangiti nang malapad,
habang ang ating mga iniisip at damdamin ay paikot-ikot sa
loob. Sa bahay, sinasabi natin, "Naiinis ako kay ganito at
hindi ko siya matiis na makita," ngunit kapag nakilala natin
ang parehong tao, binabati natin siya ng, "Kumusta!
Kumusta ka?" Ang magkasalungat na agos ng hindi
pagkakatatugma at hindi malusog na emosyon ay
nakakaapekto sa nervous system at iba pang bahagi ng
.katawan

*

O aking minamahal na Diyos
Nakita ko ang iyong walang hanggang kalawakan sa
mga abot-tanaw ng katahimikan
At natikman ko ang iyong nakakapreskong kagalakan sa
kaibuturan ng aking pagkatao
At narinig ko ang alingawngaw ng iyong boses sa aking
gising na konsensya
At pinakinggan ko ang iyong bulong sa aking mga
espirituwal na pananaw

*

O Panginoon, baguhin ang mga demonyo ng pangit at
makasariling kasakiman tungo sa mga anghel ng matataas
at matatayog na mithiin, ang masakit na kamangmangan
tungo sa pinagpalang karunungan, at ang mababang
katamaran tungo sa pinong ginto ng nagniningning na
.espirituwal na mga tagumpay

*

O Panginoon, gawin Mo kaming dalisay, baguhin Mo ang
aming kahinaan at hindi pagkilos tungo sa sigasig at
determinasyon, at ang aming mga maling kaisipan tungo sa
.pagkaunawa sa katotohanan

Ano ang pag-ibig?

Ang pag-ibig ay ang halimuyak ng mga namumulaklak na liryo

At ang koro ng tahimik na mga rosas

Pagdiriwang ng kagandahan ng kalikasan

Ang pag-ibig ay isang awit ng kaluluwa na umaawit habang buhay

At ang balanseng ritmikong sayaw ng mga planeta

Sa walang hanggang paglalakbay nito sa malalim na kalawakan

Uhaw sa mga bulaklak ang humigop ng sikat ng araw

At ito ay yumayabong at pinapakain ng elixir ng buhay

Ito ang pananabik ng mundo

Upang pakainin ang uhaw na mga ugat gamit ang gatas nito

At pag-aalaga sa lahat ng uri ng buhay gamit ang esensya ng buhay

Ito ang makapangyarihang kalooban ng araw

Upang mapanatiling buhay at aktibo ang lahat ng nabubuhay na bagay

Ito ang puwersang nagtutulak sa buhay

Upang magbigay ng proteksyon at pangangalaga sa mga menor de edad

Ito ang ngiti ng kawalang-muwang na pumupukaw ng pagmamahal ng ama

sa sanggol

At ang awtomatikong pagsuko sa puso ng mga
mangingibig

Magbigay ng libreng serbisyo at pakikiramay

Ito ang pulso ng pagkakaibigan

Ang taong nagpapagaling ng mga pusong sugatan at
nagpapagaling ng mga sugat

Ito ay isang tawag sa puso na hindi kayang ilarawan

Siya ay isang makata na umaapaw sa pagmamahal sa
sangkatauhan

Ang taong nagdurusa sa kanyang paghihirap

Ito ay ang bilog ng pagiging malapit sa isa't isa sa
pagitan ng mga miyembro ng iisang pamilya

Patuloy na lumalawak at lumalawak patungo sa mas
malalaking espasyo

At mas malawak na mga larangan

Ito ang bulong ng buhay

Sa mga abot-tanaw ng mga bukas na isipan

At ang langit ng mga pusong puno ng mga bituin ng
marangal na damdamin

Ang pag-ibig ay kaligayahan ng kaluluwa

Ang inaasam ng mga mapagmahal na kaluluwa

At sabik na siyang maabutan at makausap siya

Nakita ko ang buhay

Habang ako'y naglalakad sa gitna ng mga luntiing burol
at mga damuhan

Paggalaw sa gitna ng mga puno at bulaklak

Nakita ko ang buhay na naglalaro at nagsasaya

Nakita ko ang mga ginintuang sinag nito sa disk ng araw

At nakita ko siyang nawawala sa masukal na ulap

Narinig ko siyang humahagikgik sa masasayang sapa

At siya'y malumanay na pumapatak ng luha mula sa
mga patak ng ulan

Nakita ko siyang umuugoy sa mga sanga ng puno

At ang mga daisy ay sumasayaw nang may kagalakan

Narinig ko itong umaalingawngaw sa huni ng mga ibon
at huni ng mga nightingale

Nakita ko ang kanyang mga anino na bumabalot sa mga
dalisdis

Ang hamog nito ay nagbabasa sa mga puso ng mga
rosas at humahalik sa kanilang mga pisngi

Nakita ko ang mahamog na damo na dumidikit sa
kanyang mga paa

Parang nakita ko siyang nag-iispray ng mga damo sa
bukid

Sa pamamagitan ng mga patak ng pagmamahal,
pinapataas nito ang kasariwaan at kagandahan

Naamoy ko ang mabango niyang hininga na dala ng
simoy ng umaga

Naramdaman ko ang kanyang kapayapaan at nakita ko
ang kanyang mga kamay na nagkakalat ng mga biyaya

Sa bawat lambak at sulok

Kay ganda ng buhay!

At kay sarap maglakad kasama siya

Magkahawak-kamay

Sa mga pinagpalang landas nito!

Sumainyo ang kapayapaan

Ang hindi kilalang nilalang o ang subconscious genie

Habang tayo ay sumusulong sa landas at lumalalim ang ating espirituwal na pag-unawa, pakiramdam natin ay nahaharap tayo sa isang malakas na panloob na oposisyon. Ngunit ang pakiramdam na ito ay isa lamang ilusyon; ang kabaligtaran ang totoo. Ang kakaiba, nakalilito, at pabagong katangian ng "hindi kilalang nilalang" sa loob natin ay tila kumakain sa mga hindi mailalarawang elemento na nagmula sa mga kalawakan na lampas sa abot ng ating kamalayan.

Ang nilalang na ito ay tila naninirahan sa isang hindi nakikitang lugar, at maihahalintulad sa isang tao mula sa ibang planeta, na ating panauhin kahit na wala tayong

koneksyon sa kanya sa mga tuntunin ng mga interes, ideya, gawi, ambisyon at malayong mithiin.

Ang di-kilalang nilalang na ito ay tila nagtataglay ng mga ideya tungkol sa kabilang buhay na di-masukat na mas dakila at mas tumpak kaysa sa atin. Tila sa atin ay mayroon lamang itong manipis na pag-unawa sa mga apurahang pangangailangan at praktikal na pangangailangan ng ating buhay sa lupa.

Tila binabalewala tayo ng ating hindi kilalang kaibigan, walang alinlangang abala sa mga misteryo ng sansinukob. At kapag naaalala niya tayo at nais niya tayong pasayahin, lumilikha siya ng kakaiba at tila hindi makatwirang galaw na nagpapagulo sa ating balanse, gumugulo sa ating ekilibriyo, at nag-iiwan sa atin na nalilito.

Madalas nating pinaniniwalaan na ang hindi kilalang nilalang na ito ay nanunuya at kinukutya tayo, na parang pinaglalaruan nito ang ating isipan nang walang kahit kaunting pagsasaalang-alang sa ating damdamin o empatiya sa ating mga kalagayan. Minsan tila iniinis at ginagalit tayo nito, na walang ibinibigay na pabor na karapat-dapat sa pasasalamat o anumang nasasalat na benepisyo.

Tila may kakayahang gumawa ng lahat ng uri ng mga himala at kababalaghan ang nilalang na ito, ngunit sa kabila ng presensya nito sa loob natin, mahirap para sa atin na makipag-ugnayan dito at makinabang mula sa walang limitasyong kakayahan at supernatural na kapangyarihan nito.

Ang nakatagong nilalang na ito ay maihahalintulad sa isang batang pinalayaw na binigyan ng daan patungo sa mga lihim ng langit at lupa. Ginagamit nito ang mga lihim na iyon at kinokontrol ang mga kapangyarihang iyon ayon sa gusto nito, nang walang pagpipigil o pananagutan.

Tila alam niya ang lahat, ngunit hindi niya alam kung paano gamitin nang tama ang kaalamang iyon. Ang kanyang mga kamay ay puno ng kayamanan, na kanyang sinasayang at nilulustay sa maling direksyon at sa maling oras.

Nakikita natin siyang nagbibigay ng tinapay sa nauuhaw at tubig sa nagugutom (at nagpapakain ng matatamis sa mga walang ngipin)

Binibigyan niya ng mga regalo ang mga walang utang na loob at pinagkakaitan ng mga regalo ang mga pulubi

Hinahabol niya ang mga tumatakas mula sa kanya at tumatakas mula sa mga sabik na salubungin siya

Ano ang nakatagong puwersang iyon na kung minsan ay nagpapakarga sa isang tao ng kakaiba at kamanghamanghang enerhiya na humahampas sa hangin at mga multo?

Ano ang puwersang nagpapataas at nagpapababa ng antas ng panginginig at enerhiya sa paraang makakatulong sa isang tao na balansehin ang kanilang temperatura kapag umaalis sa isang mainit na silid sa isang malamig na umaga at vice versa?

Ang hindi kilalang nilalang na iyon ay gumagana nang may kakaibang kasanayan na hindi kailanman maiisip ng isang napakatalinong chemist o ng isang matalinong inhinyero.

Posible kayang matipon ang ganitong lakas sa maikling buhay na ito sa mundong ito?

Hindi, mga kaibigan ko, milyun-milyong taon ang inabot bago naperpekto ng "estranghero" na iyon ang mekanismong ito ng katawan na iniuugnay natin sa limang pandama. Halimbawa, imposibleng malaman ng may malay

na isip ang eksaktong dami ng asukal na dapat ibomba sa daluyan ng dugo. Kung ang dami na iyon ay masyadong mababa o masyadong mataas, ang mga resulta ay magiging kapaha-pahamak.

Tayo ay humaharap sa isang kapangyarihang kakaunti lang ang ating nalalaman, at dapat natin itong malaman. Ang pinakamahasag na paraan upang gawin ito ay ang hamunin ang ating natutunan sa ngayon at ihanda ang ating sarili sa paraang ipinakita ng dakilang guro nang sabihin niya: "Maliban na kayo'y maging tulad ng maliliit na bata, hindi kayo makakapasok sa kaharian ng Diyos."

Sa madaling salita, maliban kung tatanggapin ng isang tao ang pagiging simple, kadalisayan, at pananampalataya ng bata, hindi sila makakagawa ng anumang makabuluhang espirituwal na pag-unlad.

Ang siyentipikong pagmumuni-muni ay marahil ang pinakamadaling paraan upang makilala ang nakatagong panloob na kapangyarihang iyon, ngunit karamihan sa mga tao ay kulang sa motibasyon na magnilay-nilay at mas pinipiling makamit ang kaalamang iyon sa kanilang sariling paraan, o sa pamamagitan lamang ng pag-upo nang tahimik—kahit na ang kanilang mga iniisip ay nagngangalit na parang buhawi sa lahat ng direksyon. Maaaring sabihin ng ilan, "Kailangan kong makamit ang kaalamang iyon sa mga susunod na pagkakatawang-tao, at hindi ako nagmamadali. Maaaring gisingin ako ng aking subconscious balang araw, ngunit hindi na kailangang magsikap nang may malay upang makamit ito."

Hindi mahalaga kung gaano tayo katanda, kung ilang beses na tayong nabigo sa buhay, o kung ano ang iniisip ng iba tungkol sa atin. Hindi mahalaga kung anong mga gene ang dala natin o kung anong mga sitwasyon ang ating ginagalawan. Wala sa mga ito ang mahalaga sa nakatagong

panauhin na nananahan sa loob natin. Ang gusto lang nito ay hayaan natin itong gamitin ang ating mga katawan, enerhiya, isipan, at kamalayan, at isuko ang kontrol sa bawat aspeto ng ating buhay dito. Ito ang dapat nating gawin kung nais nating maabot ang mga tugatog na naghihintay sa atin.

Kapag pinagninilayan natin ang mga pangyayari sa ating buhay, hindi ba't totoo na napagtatanto natin na may isang nakatagong puwersa na gumagabay sa atin at nagligtas sa atin mula sa maraming panganib? Ngunit sa sandaling mapayapang lumipas ang panganib, kay bilis nating makalimutan ang puwersang iyon!

Ang kapangyarihang iyan ay hindi kailanman at hindi kailanman iiwan tayo. At sa tuwing kailangan natin ito, lagi itong nariyan upang tulungan tayo, tulad ng sinabi ng dakilang guro: "Ako'y kasama ninyo hanggang sa katapusan ng mundo."

Kung babasahin natin ang mga talambuhay ng mga dakilang lalaki at babae sa paglipas ng mga henerasyon, mapapansin natin na sa bawat pangyayari, gaano man kaliit, at anuman ang paraan na ginamit, maging sa pamamagitan ng taimtim na panalangin o malalim na pagpapatibay, ang resulta ay palaging pareho.

Ang nakakulong na higanteng ito sa loob natin ay patuloy na gumagalaw, nagsusumikap na makalaya nang minsanan at magpakailanman. Kailan natin ito sinasadyang kakalasin at susundan tungo sa kalayaan at tagumpay?

Simulan natin ngayon at bigyan ng pagkakataon ang panloob na higante, at matutuklasan natin kung gaano katamis ang buhay at kung paano ito sisikat kasama ng mga ilaw ng kagalakan at tagumpay, sa tulong ng Diyos.

Sumainyo ang kapayapaan

Mga eksena mula sa India at isang pangitain

Ang India ay isang maliit na kosmos ng mundo sa lahat ng aspeto. Ito ay isang bansang may lahat ng uri ng kapaligiran, klima, relihiyon, negosyo, sining, tao, tanawin, wika, at kultura.

Ang kabihasnang Indian ay nagsimula libu-libong taon na ang nakalipas, at ang mga pinuno, pantas, at gabay nito ay nag-iwan ng mga tala na nagpapatotoo sa pagkakaroon at pagiging tunay ng kabihasnang Aryan sa India at Sindh.

Maraming turistang Europeo ang bumibisita sa India at nakakakita ng mga salamangkero, may hawak ng espada, at mga anting-anting ng ahas sa mga lansangan nito, na naniniwalang ito ang pinakamagandang maiaalok ng India, ngunit hindi nila alam na ang mga pigurang ito ay hindi kumakatawan sa tunay na diwa ng India. Ang tunay na buhay at sigla ng India ay nakasalalay sa espirituwal na kultura nito, na siyang dahilan kung bakit ito pinaghalong mga relihiyon at paniniwala mula pa noong sinaunang panahon.

Totoo na ang Kanluran ay maaaring magturo sa India ng maraming mabubuting kasanayan, pamamaraan at prinsipyo ng kalakalan, at pagpapaunlad ng likas at yamang-tao. At totoo na ang India ay nangangailangan ng mga pinunong may pangitain tulad nina Henry Ford at Thomas Edison. Ngunit ang Kanlurang mundo ay sinasadya o hindi sinasadyang nauuhaw din sa praktikal at espirituwal na mga aral na pinag-igihan ng India sa buong kasaysayan.

Napakalaki na ng pag-unlad ng agham sa mga lungsod sa Kanluran, na mabilis na umuunlad kaya't ang mga materyal na pangangailangan ng mga tao—tirahan, pagkain, at damit—ay madaling makukuha. Gayunpaman, ang pisikal at materyal na kaginhawahan ay hindi sapat kung walang sikolohikal na kaginhawahan, kapayapaan, at espirituwal na kapanatagan.

Ang pinakadakila at pinakamayamang pamana ng India ay nakasalalay sa mga espirituwal na pamamaraan at landas na natuklasan ng mga mapangarapin at naliwanagang iskolar na espirituwal ng India sa paglipas ng mga siglo. Ang pamanang ito ay nag-ambag at patuloy na nag-aambag sa espirituwal at siyentipikong kultura ng sangkatauhan.

Ang India ay isang lupain ng mga lihim, ngunit ang mga ito ay mga lihim na nagbubukas lamang ng kanilang mga puso sa mga nakikiramay sa kanila, sa mga taong taimtim at tapat na naghahanap ng katotohanan.

Ipinagmamalaki ng India ang pinakamataas at pinakakahanga-hangang mga bundok sa mundo: ang Himalayas. Ang Darjeeling sa hilagang India ay madalas na tinatawag na Switzerland ng India dahil sa nakamamanghang likas na kagandahan. Mayroon din itong mga sinaunang labi ng mga natatanging kastilyo, kuta, at mga palasyo ng prinsipe sa Delhi, pati na rin ang malawak na Ilog Ganges at ang kabundukan ng Himalayas, kasama ang kanilang mga kuweba at kanlungan para sa pagmumuni-muni at pagninilay-nilay sa banal na liwanag at karunungan.

Ipinagmamalaki ng lungsod ng Agra sa India ang isa sa mga kababalaghan sa mundo, ang Taj Mahal, ang tugatog ng sining arkitektura at ang pinakamagandang pangarap ng sangkatauhan, na nakapaloob sa makintab na marmol at magandang alabastro, na nagpapawalang-kamatay sa pag-ibig ng tao.

Ang India ay mayroon ding madilim na kagubatan at masukal na kagubatan kung saan gumagala ang mga tigre at leon. Ang India ay mayroon ding asul na kalangitan na nagiging mas kahanga-hanga at maganda sa paglubog ng araw kapag ang mga sinag ng araw ay nagiging isang kumpol ng nagliliyab na kulay kahel na apoy.

Ang India ay mayroon ding hindi mabilang na mga uri at kulay ng mga prutas at gulay na oriental at maraming lahi ng tao, na pawang nagsasama-sama upang gawing kamangha-mangha, kahanga-hanga, at di-malilimutang pinaghalong kultura ang India.

Ang India ay isang lupain ng malalaking pagkakaiba, kung saan ang malaswang kayamanan ay umiiral kasabay ng matinding kahirapan, at kung saan ang tugatog ng kadalisayan ng intelektwal ay nabubuhay kasabay ng isang malupit at pang-araw-araw na buhay. Sa India, makakakita ka ng mga Rolls-Royce at mga kariton ng baka, tulad ng mga elepante sa mga magagarang tulugan at kahanga-hangang mga karwahe na hila ng kabayo.

Sa hilagang India, may mga taong may asul na mga mata at blond na buhok, habang sa mas mainit na timog naman ay maitim na balat na nakukulay kayumanggi dahil sa init ng tropikal na araw.

Mula simula hanggang katapusan, ang India ay tunay na lupain ng mga sorpresa at kontradiksyon. Ang buhay ay nagiging nakakabagot kung iisa lang ang landas na tatahakin. Ngunit sa India, mararamdaman ng isa na ang buhay ay isang dakilang pakikipagsapalaran na puno ng mga sorpresa at sikretong hindi kailanman inakala.

Maaaring walang mga pisikal na skyscraper o labis na modernong luho at libangan ang India na nagpapahirap sa espirituwal na mga ugat.

Totoo na ang India ay may mga kapintasan, tulad ng lahat ng mga bansa ay may mga kapintasan

Ngunit ang India ay may mga espirituwal na skyscraper: mapagpakumbaba, makatotohanang mga higanteng espirituwal na kayang magturo sa kanilang kapwa tao kung paano makakuha ng ganap na espirituwal na kagalakan mula sa anumang kalagayan ng buhay.

Ang mga Sufi na ito na may siyentipikong pundasyon, na nakaalam ng katotohanan at realidad sa pamamagitan ng kanilang sariling pagsisikap at karanasan, ay makakatulong sa iba na mapaunlad ang kanilang pananaw at makuha ang nakakapreskong tubig ng kapayapaan at kasiyahan mula sa lupa ng kanilang pang-araw-araw na buhay.

Isang mala-ethereal na pananaw sa paglubog ng araw

Inilalarawan ng matalinong gurong si Paramhansa ang kanyang pangitain tulad ng sumusunod:

Mula sa aking balkonahe, tumingala ako pakanluran, at sa mga pakpak ng imahinasyon, pumailanlang ako sa mga dalampasigan ng malayong abot-tanaw. Sa aking kanan at kaliwa, nakita ko ang dalawang hanay ng bundok na agad na nagpalit sa isang mahiwagang lilang kulay. Nang tumingin akong muli, isang di-nakikitang kamay ang bumalot sa kanila sa isang belo ng malalim na asul. Sa likuran ko ay naroon ang lungsod ng Guadalajara, naliligo sa takipsilim ng paglubog ng araw. Ang silangang kalangitan ay pinalamutian na ngayon ng malalambot na kulay rosas. Sa pagtingin sa unahan, nakita ng aking mga mata ang isang mahiwagang lungsod ng mga asul na isla na lumulutang sa isang lawa ng ginto.

Sa arkipelagong ito ng mahiwagang asul na mga isla, isang napakalaking burol ng asul na batong-apog ang

bumangon, na napapalibutan ng kulay abong-puting mga ulap ng bulkan na nagbubuga ng mga geyser ng nagliliyab na pulang-ginto na lava, na bumabagsak na parang bahaghari patungo sa tahimik na lawa. Matindi at ginintuang apoy ang bumalot sa mga asul na isla sa nagliliyab na mga halo ng liwanag.

Ang bughaw na tuktok at ang nagliliyab nitong korona ay naaaninag na parang kambal sa ibabaw ng tahimik na ginintuang lawa. At sa dulong kanan, isang maliit at payapang lawa ang kumikinang, na nakapuwesto sa dibdib ng isa sa mga bughaw na isla, parang kabilugan ng buwan na lumalangoy sa gitna ng mga alon ng ulap.

Matagal akong naglakbay sa lungsod ng paglubog ng araw at mala-salaming ulap, lumulutang sa ibabaw ng lawa dala ang pinong ginintuang liwanag nito. At kay ganda ng mga ginintuang tubig na iyon na puno ng mga kumpol ng pulang yelo na nakakalat sa lahat ng direksyon hanggang sa gilid ng kawalang-hanggan.

Naisip ko na ang maliliit na nimpa ng liwanag ay mga mabubuting espiritu sa mundong ito, at pagkatapos matagumpay na malampasan ang lahat ng pagsubok sa buhay, pinapayagan silang gumala at isagawa ang kanilang mga pangarap ayon sa kanilang naisin. Tuwing paglubog ng araw, paiikliin ng mga nimpa na ito ang kanilang mga pangarap sa langit sa mga lungsod na ethereal na napapalibutan ng mga dagat at lawa ng ginto. Doon, lampas sa mahigpit na pagkakahawak ng mga kalungkutan at lampas sa mga patibong ng mundong ito kasama ang lahat ng mga trahedya at sakit nito, lampas sa lahat ng paghihirap, ang mga nilalang na ito ay humihinga ng pulang ilaw, uminom ng mga sinag ng kahel, at nagpaanod at lumapit, gumagala at lumalangoy sa gitna ng dagat ng mga ilaw na may iba't ibang kulay.

Dito, tutuparin ng mga sirenang iyon ang kanilang mga pangarap at agad na isasagawa ang kanilang mga pantasya ayon sa kanilang naisin, pagkatapos ay maglalaho at maglalaho ayon sa kanilang kagustuhan.

Dito, tinamasa ng mga nilalang na iyon ang kayamanan ng kasiyahan at kasiyahan, at bukas-palad na ipinagkaloob ang mga pangarap ng lahat ng bumisita sa kanila sa kanilang kamangha-mangha at mahiwagang mundo.

Dito, hindi siya obligadong maghintay at maghangad tulad ng mga tao upang matupad ang kanyang mga pangarap at maisakatuparan ang kanyang mga hangarin, ngunit nangarap siya ayon sa kanyang nais at nakamit ang lahat ng mga pangarap at hangarin na iyon sa pamamagitan ng kanyang sariling kagustuhan.

Ang lungsod na iyon na lumulubog ang araw sa Isla ng mga Pangarap ay isang panaginip na nagkukubli sa kaibuturan ng aking subconscious, at ngayon ay tunay na nagkatotoo. Tunay nga, nasulyapan ko ang mga nakatagong kayamanan ng aking kaluluwa, at ang liwanag nito ay bumalot sa akin, ang kinang nito ay nakasisilaw sa akin!

Sumainyo ang kapayapaan

Mga lamparang nagbibigay-liwanag

Pinupuri at pinasasalamatan natin ang Diyos para sa
bawat bagong taon at para sa mga pag-asa at pangako ng
.katuparan na hatid nito sa atin
Walang mas hihigit pang kapangyarihan kaysa sa taos-
puso at taos-pusong pagsusumamo upang kumonekta sa
Diyos, upang magdulot ng mga kahanga-hangang
pagbabago sa buhay ng mga indibidwal at sa mga kalagayan
ng mundo, at upang makamit ang kapayapaan at kapatiran
.ng tao

Dalangin namin sa Diyos na ang mga taos-pusong
panalangin, matayog na pananaw, at lumalagong kaalaman
ay maging isang pinagpalang espirituwal na puwersa na
.magdudulot ng tunay na pagbabago sa mundo

Pagpalain Mo kami, O Panginoon, upang magabayan
kami ng Iyong liwanag at mga lamparang nagbibigay-
liwanag sa mga landas, at upang magising namin ang Iyong
pagmamahal sa aming mga puso at puso ng iba, at magdala
ng mga sulo ng buhay na liwanag at gamitin ang aming mga
talento sa mga bagay na nakalulugod sa Iyo at sa mga
.bagay na kapaki-pakinabang sa mga tao

Tulungan Mo kaming gumawa ng mga daluyan kung
saan ang Iyong kosmikong enerhiya at gabay na liwanag ay
maaaring dumaloy upang tulungan ang iba at maibsan ang
kanilang paghihirap at pagdurusa, dahil salamat sa Iyo,
mayroon kaming kapangyarihang tulungan ang
.sangkatauhan at ang aming sarili

Tayo ay pinagpala upang tayo ay makadama ng
empatiya sa mga nagdurusa
Ipinamamahagi namin ang mga magagandang ideya at
intensyon sa buong mundo

Nawa'y maging isang karanasan ang kapayapaan at
kapatiran
"Kung paano sa langit, gayundin sa lupa"

Ang kapayapaan ay isa sa mga pangalan ng Diyos na}
Makapangyarihan sa lahat, na Kanyang inilagay sa Mundo,
{kaya't ipalaganap ito sa inyong mga sarili

* * *

Sinabi ng isa sa mga estudyante sa gurong si
Paramhansa na nahihirapan siyang palitan ang kanyang mga
nakapipinsalang gawi ng mga kapaki-pakinabang at humingi
:siya ng payo, kaya sinabi niya

Huwag kang mawalan ng pag-asa para sa pagpapabuti
ng sarili

Tumatanda lang ang isang tao kapag ayaw niyang
.magsikap na magbago nang positibo

Ang estadong iyon na walang pag-unlad ay, sa aking
"palagay, isang estado ng aktwal na "piramide

Kapag sinabi ng isang tao na "Hindi ako maaaring
magbago" at paulit-ulit itong inuulit
Sabi ko sa kanya: "Kung gayon, dahil napagdesisyunan
mo nang maging ganyan, manatili ka na lang kung nasaan
".ka

Anuman ang kasalukuyang kalagayan ng isang tao,
maaari silang magbago para sa ikabubuti sa pamamagitan
ng disiplina sa sarili, wastong nutrisyon, at pagsunod sa mga
.alituntunin sa kalusugan

Bakit sa tingin mo ay wala kang kakayahang magbago?
Ang intelektwal na pagwawalang-kilos ang nakatagong sanhi
ng kahinaan. Ang bawat isa ay may mga katangiang
naglilimita sa kanilang pag-unlad. Ang mga katangiang ito ay
hindi inilagay ng Diyos sa kalikasan ng tao, kundi gawa ng
tao. Ito ang mga kapintasan na dapat mong alisin, at
.magagawa mo

Tandaan na ang mga gawi ng isang tao ay walang iba
kundi panlabas na pagpapahayag ng kanilang panloob na
mga iniisip

Kapag nagdesisyon kang magbago, maraming puwersa
ang magsasama-sama upang suportahan ka at palakasin
.ang iyong mga positibong desisyon

At sa tulong ng Diyos

Hardin ng Bagong Taon

Ang mga alaala ng nakaraang taon, kasama ang mga
kalungkutan at tawanan nito, ay naglaho na

At narito ang alingawngaw ng awit ng Bagong Taon na
umaawit nang nakapagpapatibay-loob, nagbabalita ng pag-
:asa, at bumubulong

"Muling likhain ang iyong buhay nang perpekto"

Iwanan ang mga damo ng mga lumang takot

Mula sa inabandunang hardin ng nakaraan, tinipon at
iniligtas lamang niya ang mga buto ng kagalakan, mga
tagumpay, mga pag-asa, mabubuting kaisipan at gawa, at
.marangal at matayog na mga hangarin

Sa mahamog na lupa ng bawat bagong araw, itanim ang
mga makapangyarihang buto, diligan ang mga ito, at
alagaan ang mga ito hanggang sa lumaki at mapuno ang
iyong buhay ng mga pambihirang benepisyo ng
.pamumulaklak

:Bumubulong ang bagong taon

Gisingin ang espiritu, na bihag ng mga nakagawian, at"
himukin itong magsagawa ng mga bago at kapaki-
pakinabang na pagsisikap. Huwag tumigil sa pagsubok, at
huwag magpahinga hanggang sa makamit mo ang walang
hanggang kalayaan at malampasan ang karma (ang patuloy
na paghabol at paghahangad ng mga bunga ng mga
"nakaraang kilos)

Taglay ang ginhawa at ang patuloy na pag-asa, tayo'y
magsaya at maglakad nang magkahawak-kamay patungo sa
.tahanan sa langit na hindi na natin muling lalabasan

Isang kwento ng tagumpay

Naaalala ko pa rin ang unang pagkakataon na ginamit
ko ang lakas ng loob para tumulong sa iba

Mga bata pa kami ng isa sa mga kaibigan ko noon. Isang
:araw, sinabi ko sa kanya

Papakainin namin ang limang daang (mahihirap) na"
"tao

Gulat na sagot niya: "Pero wala tayong kahit isang
"!sentimo

Tiniyak ko sa kanya, na sinasabing, "Magpapatuloy ang
proyekto sa kabila niyan, at naniniwala akong manggagaling
"sa iyo ang pera

Pangungutya niyang sagot, "Napakagandang proyekto!
"!Imposible ito

Ang aking pakiramdam ng katiyakan ang nag-udyok sa
akin na sabihin: "Huwag mong pagalitan ang iyong ina sa
anumang paraan, kundi gawin mo ang lahat ng kanyang
"iuutos sa iyo

Pagkalipas ng isang araw, tumakbo siya papunta sa akin
:at sinabing

Naliligo ako nang tawagin ako ng nanay ko, sasagot na"

sana ako sa kanya at sasabihing, 'Huwag mo akong istorbohin ngayon habang naliligo ako,' pero sa halip ay tinanong ko siya kung ano ang gusto niya, at pinapunta niya ako sa tiyahin ko na nakatira malapit sa bahay namin, kaya ".sinabi ko sa kanya: 'Nakikinig ako at sumusunod

Nang bisitahin ko ang tiyahin ko, ang unang sinabi niya"

sa akin ay: 'Sino 'yung baliw na kasama mo? Nababaliw ka na ba? Ano 'tong proyektong narinig ko na magpapakain "?!?kayong dalawa ng limang daang tao

Nagalit ako sa kanya at sinabing, "Kailangan ko nang umalis," at nagsimula nang umalis sa bahay niya. Ngunit pinigilan niya ako, sinasabing, "Maaaring baliw ang kaibigan mo, ngunit maganda ang kanyang ideya. Tanggapin mo itong perang papel na dalawampung rupee" (malaki ang .halaga nito noong simula ng ikadalawampung siglo)

Labis ang pagkamangha ng bata kaya halos himatayin siya. Tumakbo siya agad papunta sa akin at sinabi ang balita. Nang bumili kami ng bigas at iba pang pangangailangan para sa handaan, narinig ng mga kapitbahay ang plano namin at nag-alok ng mas maraming pagkain. Sa huli, pinakain namin ang dalawang libong tao !(2000)

Ang parehong kalooban na may banal na agos ang lumikha sa unang aklatan na itinatag nito, ang Saraswati .Library sa Calcutta

Kapag determinado kang gumawa ng mabubuting gawa,
makakamit mo ang mga ito kung gagamit ka ng isang
dinamiko at epektibong kalooban. Anuman ang mga
pangyayari, kung magpupursige ka, lilikha ang Diyos ng
.paraan upang makamit mo ang iyong ninana

Iyan ang katotohanang tinutukoy ni Hesukristo nang
sabihin niya: “Kung kayo'y may pananampalataya at hindi
mag-aalinlangan... masasabi ninyo sa bundok na ito,
”. ‘Lumipat ka at tumalon ka sa dagat,’ at mangyayari ito

At sa marangal na hadith: Kapag tumawag ka sa Diyos,]
[maging matatag sa iyong pagsusumamo

Kung palagi mong gagamitin ang iyong determinasyon,
anuman ang mga balakid, makakamit mo pa rin ang
tagumpay, kalusugan, at lakas upang tulungan ang iba, at
higit sa lahat, makakamit mo ang pagkakasundo sa Diyos.

Iyan ang determinasyon na dapat linangin: ang
determinasyon na tumutuyo sa mga karagatan ng pag-
aatubili at pagkabigo na gumawa ng mabuti at makamit ang
.inaasam

* * *

Tumingin sa nagniningning na kaibuturan ng iyong
pagkatao, at doon mo matatagpuan ang walang limitasyong
.potensyal para sa kagandahan, karunungan, at kadalisayan

Hinihiling namin sa Diyos na Makapangyarihan na
salubungin ninyo ang bagong taon nang may matibay na

paniniwala na mayroon kayong kakayahang ipamalas ang
.mas mataas na kalikasan sa loob ninyo

Ang kapaligiran at ang mga resulta ng mga nakaraang
kilos ay bumalot sa iyo ng mga partikular na katangian,
katangian, at gawi, ngunit ang mga ito ay pansamantalang
anyo lamang, at sa ilalim ng mga ito ay nakasalalay ang
iyong tunay na kalikasan – ang marangal na kaluluwa – na
may ganap na kalayaan na pumili ng mga kalamangan at
katangian na nais mong taglayin at ipakita habang
ginagampanan ang iyong mga tungkulin sa entablado ng
.mundong ito

Mayroon bang mga espirituwal na mithiin na
pumupukaw sa loob mo, tumitibok sa iyong mga puso, na
humihimok sa iyo na ilagay ang mga ito sa iyong agenda
para sa darating na taon? Kung oo ang sagot, kalimutan ang
nakaraan, alalahanin ang mga aral na natutunan mula rito,
at magpatuloy sa pagpapala ng Diyos upang makamit ang
.nais mong makamit

Itinuring nila ang bawat araw bilang isang bagong
pagkakataon upang kontrolin ang mga hindi kanais-nais na
gawi at hilig, upang mamuhay nang mapayapa, upang
magbigay ng pagmamahal, at upang magpalaganap ng
.optimismo at kagalakan sa mundong ito

Sa sandaling gisingin mo ang iyong kagustuhang
gumawa ng mga positibong pagbabago at suportahan ito sa
iyong mga aksyon, ang hindi nakikitang mga puwersang
kosmiko mula sa Maawaing Panginoon ay magsisimulang
palakasin ang iyong mga pagsisikap. Habang mas

nagtitiyaga ka sa iyong mga resolusyon, mas magiging malaki at mas malakas ang mga puwersa ng kabutihan sa iyong buhay—ito ay isang hindi nagbabagong banal na .batas

Maaaring mahirap ang unang araw, ngunit maaaring mas madali nang kaunti ang ikalawang araw, at mas madali pa ang ikatlong araw. Pagkatapos ng ilang araw, matutuklasan mong makakamit ang tagumpay. At ang mga nagtitiyaga at nagpapatuloy sa kanilang mga pagsisikap sa loob ng isang buong taon ay matutuklasan ang kanilang mga .sarili na nagbabago

Sa mga may espirituwal na mithiin, sinasabi namin: Hayaang ang pagnanais na kumonekta sa Diyos ang maging pinakadakilang bagay sa inyong buhay. Sa pamamagitan ng pag-iisip tungkol sa Diyos at pagninilay-nilay sa Kanya, natatanggap natin ang malinaw na katiyakan na mahal Niya tayo magpakailanman dahil tayo ay sa Kanya, anuman ang .mga maling hakbang na ating ginawa sa maling direksyon

Kapag nararamdaman natin na tayo ay minamahal nang walang kondisyon, hindi ba't ito ang nag-uudyok sa atin na gawin ang ating makakaya at tulungan tayong bitawan ang nakaraan kasama ang lahat ng mga pagkabigo at pagkabigo nito? Kapag nararamdaman natin na tayo ay minamahal at may isang taong nagmamahal sa atin, nakakaramdam tayo .ng kapanatagan at nagagalak ang ating mga puso

Sa kabila ng lahat ng mga tungkulin at gawain, dapat tayong maglaan ng oras upang sumisid sa ating mga kalaliman, galugarin ang ating mga sarili, at paginhawahin

ang ating mga kaluluwa ng pagmamahal at kapayapaan ng
.Diyos

Kung mahal natin ang Diyos at taos-puso tayong
magsisikap na palugdan Siya araw-araw, walang
.makakahadlang sa ating espirituwal na pag-unlad

Tandaan ninyo iyan, mga kaibigan, at sa tulong ng
Diyos, mararanasan ninyo sa bagong taon ang isang
.kaligayahang maaaring hindi ninyo kailanman pinangarap

* * *

May testamento na may kaakibat na determinasyon
Nang may lubos na tiwala sa kakayahan ng kaluluwa ng
tao

Nang may matibay na pananampalataya sa Diyos
Magpaalam na tayo sa taong ito at salubungin ang
bagong taon

Sa kabila ng mga pagbabagong pinagdadaanan ng
mundo, at ang epekto ng mga pagbabagong iyon sa ating
buhay, kung titingnan natin ang higit pa sa mabilis na
nagaganap na mga pang-araw-araw na pangyayari nang
may karunungan at pananaw, magkakaroon tayo ng pag-
.unawa at matututo ng mga aral

Bawat isa sa atin ay may papel na ginagampanan sa
entablado ng panahon, kung saan ang mga pangyayari
.ngayon ay nagiging mga pangarap ng hinaharap

Ang mga dramatikong pangyayari at ang mga kaakibat nitong sitwasyon ay nagsisilbi sa iisang layunin: ang gisingin, isa-isa, ang maraming birtud sa loob natin. Ang bawat karanasang ating nararanasan ay nagpapakita ng isang nakatagong lakas sa loob natin upang harapin ito nang .matalino at epektibo

Mayroon tayong mga dakilang kakayahan na inilagay ng Diyos sa atin, at kapag ang mga ito ay pinagagana, nagiging mahalagang pinagmumulan ng pagpapala ang mga ito sa .ating buhay

Kahit na ang mga panlabas na pangyayari ay hindi laging nasa ilalim ng ating kontrol, maaari nating piliin kung ano ang gusto nating maging sa loob ng ating sarili, kung saan nakasalalay ang susi sa ating pag-unlad at pag-unlad .ng sangkatauhan

Ang bawat kaluluwang naghahangad ng kalayaan ay dapat gumawa ng malay na pangako sa pagbabago para sa ikabubuti, at ang pinakaangkop na panahon ay ngayon, kung kailan ang mga intensyon ay nakatuon sa paggawa ng mga .desisyon at pangako sa pagbabago

Ang mga tao ay hindi dapat maging mga estatikong labi, walang kakayahang sikolohikal at espirituwal na pagpapanibago. Ang mga katangiang kabayanihan sa loob natin ay dapat gisingin, at ang mga pasanin ng takot at .kawalan ng katiyakan ay dapat iwaksi

Kapag nakumbinsi ng isang tao ang kanyang sarili na mahal siya ng Diyos at lagi Siyang kasama niya, hindi siya .kayang gapiin ng nakaraan o ng hinaharap para takutin siya

Sa kabila ng kislap ng buhay ng tao ay naroon ang banal
na apoy

Higit pa sa sinag ng pag-iisip ng tao, sumisikat ang mas
dakilang liwanag ng Diyos

Sa kabila ng alon ng matalinong katwiran ay naroon ang isang malawak na karagatan ng pangkalahatang kaalaman
Higit pa sa pag-ibig ng tao, dumadaloy ang banal na pag-ibig na pumupuno sa puso at nagbibigay-kasiyahan sa
.mga pananabik nito

Ang isang permanenteng hindi nagbabago sa isang
mundong pinangungunahan ng pabago-bagong at
.pagbabago ay ang ating relasyon sa Diyos

Hayaang ang pangwakas na desisyon ay ang
pagpapalakas ng pinagpalang ugnayan at ang mamuhay
nang may malay na pagkakaisa sa pinakamapagbigay na
.tagapagbigay ng buhay, lakas, pagmamahal, at kaligayahan

Upang makilala ng tao ang kanyang Lumikha sa pag-iisa
ng kanyang kaluluwa at sa kanyang malalim na pagmumuni-
muni

Dapat niyang tanungin ang kanyang sarili araw-araw
kung iniaayon ba niya ang kanyang buhay sa mga batas ng
katotohanan at pag-ibig, na siyang mga banal na batas ng
.sansinukob

Panghawakan natin nang mahigpit ang kapayapaan ng
Diyos sa loob natin
Pakinggan natin ang tinig ng konsensya
Palawakin natin ang ating habag upang maisama ang
iba

Sa pamamagitan ng ating positibong mga kaisipan at
maayos na mga kilos, mapalalakas natin ang mga puwersa
ng kabutihan na, sa biyaya ng Diyos, ay maaaring magdulot
.ng mga pangunahing pagbabago sa mundong ito

* * *

Sa kasalukuyan, maaaring tiyakin ng isang tao sa
kanyang sarili na susundin niya ang isang tuwid na landas,
ngunit bukas ay maaaring lumihis siya rito at masumpungan
ang kanyang sarili na may hilig na talikuran ang kanyang
.mga positibong desisyon

Hindi dapat tanggapin ang mga kahinaan sa ating
buhay. Sinuman ang mananatiling matatag sa kanilang mga
prinsipyo sa kabila ng lahat ng tukso at panlabas na
impluwensya ay nasa landas tungo sa kalayaan, at sinumang
gumagamit ng karunungan bilang gabay na liwanag ay
malalampasan ang mga ilusyon, limitasyon, at balakid sa
.buhay

Ang matatalinong tao ay nananatili sa kanilang
karunungan hanggang sa huli at hinaharap ang buhay nang

may lakas ng loob at matibay na pananampalataya, anuman
.ang mga pangyayaring kailangan nilang harapin

Sinumang sumuko sa kanyang kalooban, sumuko sa
kanyang kalagayan, at tumigil sa pagsisikap, ay hinahatulan
.ang kanyang sarili at lalampasan ng panahon

Ang tao ang siyang nagpapalago ng kanyang tama at
maling mga gawi, at kapag sinabi niyang, "Hindi ako
maaaring magbago," hinahatulan niya ang kanyang sarili sa
.kabiguan

Kapag pinaninindigan ng isang tao sa kanyang sarili na
siya ay malakas at malaya sa kabila ng mga pag-atake ng
masasamang gawi at negatibong kaisipan, at hindi siya titigil
sa pagsisikap na gumawa ng mas mahusay, binubuksan niya
ang daan para sa mga puwersa ng kabutihang likas sa kanya
.upang tumulong at sumuporta sa kanya

Gaano man kamali ang mga kilos ng isang tao, dapat
nilang suriin ang kanilang buhay at sikaping tulungan ang
kanilang sarili at gawin ang tama, at lahat ng maling kilos ay
.mababago sa mabubuting gawa sa tulong ng Diyos

Mula sa mga archive: Galit at ang Alaala ng Elepante

Dapat maunawaan ng mga naghahangad ng panloob na
kapayapaan kung paano nalilikha ang galit at kadalasang
.nagdudulot ng kapaha-pahamak na mga kahihinatnan

Dahil sa pagkawala ng panloob na balanse na dulot ng galit, maraming tao ang naging mga kriminal at mga mamamatay-tao na uhaw sa dugo laban sa kanilang .kalooban

Ang paghadlang sa mga pagnanasa ay bumubulag sa isipan. Kapag ang hamog ng mga pagnanasa ay humahawak sa isipan ng isang tao, nawawalan siya ng kanyang mga pandama at kumikilos sa paraang hindi nararapat sa isang .marangal na tao

Ang pagkawala ng katwiran ay nakalilito sa likas na pag-unawa na siyang puwersang nagtutulak sa likod ng lahat ng .maayos na kilos at mabuting intensyon

Kapag ang manibela ng sasakyang pangkaisipan ng isang tao ay hindi gumagana nang maayos, tiyak na maaaksidente sila at maaaring mapunta sa isang hukay ng .sakit at paghihirap

Halimbawa: Masayang nagmamamaneho ang asawang lalaki, at habang papunta sa parke, hiniling ng kanyang asawa na magpalit ng direksyon para pumunta sa bahay ng mga magulang nito sa halip na sa parke, at dito napalitan ng .galit ang kanyang kaligayahan

Pinili ko ang halimbawang ito dahil ito ay isang karaniwang pangyayari. Sa mga normal na kaso, ang resulta ay alinman sa pagtanggì ng asawang lalaki sa kahilingan ng kanyang asawa o pagsang-ayon nang may sama ng loob at pagkadismaya, at ito ang karaniwang nangyayari. Sa parehong kaso, nangingibabaw ang galit, nagiging

tensiyonado ang kapaligiran, at nababagabag ang
.kapayapaan

Sa ilang mga pagkakataon, ang galit ay maaaring
maging isang trahedya para sa mga taong may marahas na
init ng ulo. Ang galit ay maaaring makaapekto sa memorya,
o maaaring makalimutan ng drayber na magmaneho nang
maingat at maingat, o maaaring hindi sumunod sa mga
signal ng trapiko, na magreresulta sa isang banggaan o,
.huwag sana, kamatayan

Bilang konklusyon, ikinukulong ng galit ang manibela ng
kalooban sa karwahe ng buhay at pinipigilan ito sa pagkamit
.ng materyal at espirituwal na mga layunin nito

alaala ng elepante

Ang kakayahan na tinatawag na "memorya" ay isang
regalo mula sa Diyos sa sangkatauhan, at isa itong
napakalaking biyaya! Ang memorya ay ipinagkakaloob din
sa mga hayop; kung wala ito, hindi nila makikilala ang
kanilang mga anak. Ang ilang mga hayop ay nagtataglay ng
magagandang alaala, gaya ng inilalarawan ng sumusunod
.na kuwento tungkol sa isang elepante

Habang nagbubuhat ng troso ang isang malaking
elepante, gaya ng ginagawa ng maraming sinanay na
elepante sa Silangan, nilapitan ito ng isang batang lalaki,
.tinusok ito ng karayom sa puno nito, at tumakbo palayo

Isang taon ang lumipas matapos ang insidenteng iyon,
at ang parehong elepante ay nakatagpo ng parehong batang
lalaki sa daan. Ito ay isang medyo tamang-tama na sandali
para sa elepante upang ipaghiganti ito. Kaya, ibinalot nito
ang kanyang puno sa batang lalaki at marahas na inihagis
ito sa kabilang panig ng kalsada. Kaya, ang mga hayop ay
.may mga alaala

Marami akong panaginip, at ngayon ay gising na ako at
sa altar ng aking kaluluwa ay nagsisindi ako ng mga kandila
.ng aking walang hanggang pag-alaala sa Iyo, aking Diyos

Gamit ang aking mga mata, na ang mga talukap ay
umalis na sa pagkakatulog, aking pinagmamasdan ang iyong
magandang mukha at nasisiyahan akong makita ang mga
.sagradong liwanag nito

At sa pamamagitan ng iyong biyaya ay naunawaan ko
na ang kalusugan at karamdaman

Buhay at kamatayan

Lahat sila ay uri ng panaginip

Natapos ko nang basahin ang nobelang "Mga Pangarap
"na Pininturahan ng Matingkad na Kulay
Sa kurtina ng kumikinang na mga ilusyon

At ngayon nakikita kita bilang ang tanging katotohanan
na umiiral

Pagpapanatiling bukas ang mga channel

Karamihan sa mga tao ay hindi seryosong nag-iisip
tungkol sa Diyos hangga't hindi sila nahaharap sa
malulubhang problema, at pagkatapos ay inaasahan nila
Siyang mamagitan at ililigtas sila mula sa kanilang
.kalagayan

Isa sa mga naliwanagan ay nagsabi: “Kung hindi mo
aanyayahan ang Diyos na maging panauhin mo sa tag-araw
ng iyong buhay, hindi Siya darating sa iyo sa taglamig ng
”.iyong buhay

Hindi ito nangangahulugan na ayaw tayong tulungan ng
Diyos, nais Niyang tumulong at iligtas tayo mula sa ating
pagdurusa. Gayunpaman, kapag nabubuhay tayo nang
maraming taon sa paraang sumasalungat sa Kanyang mga
batas, at hindi nakikipag-ugnayan sa Kanya sa pamamagitan
ng pagmumuni-muni, ang ating isipan ay nabibigatan ng
tambak ng mga ilusyon, at ang mga daluyan ng
komunikasyon sa Diyos ay naharangan ng takot,
makasariling mga pagnanasa, pabago-bagong mood, mga
silakbo ng galit, bulag na katigasan ng ulo, masasamang
gawi, at negatibiti. Kaya, wala nang bukas na daluyan kung
.saan maaaring dumaloy sa atin ang banal na tulong

Kung hindi natin ihahanda ang ating mga iniisip at
pananatilihing bukas ang ating mga daan, hindi natin
mahaharap - at malalampasan - ang mga problemang tiyak

na tatawid sa ating mga landas sa paglalakbay ng ating
.buhay

Sinasabing ang isang taong umiibig sa Diyos ay
natagpuan Siya sa pamamagitan ng pagbigkas ng Kanyang
banal na pangalan nang may malalim na konsentrasyon at
malalim na pagmamahal, anuman ang kanyang ginagawa.

Sinimulan niya ang gawaing ito noong bata pa siya at
pinanatili ito nang buong sigasig na kahit ang pangalan ng
.Diyos ay nababanggit niya habang natutulog

Habang siya ay tumatanda, tatawid siya ng masukal na
kagubatan na puno ng mababangis na tigre, kobra, alakdan,
at makamandag na insekto, na walang suot kundi isang
.piraso ng tela at sandalyas

Namangha ang mga tao sa kanyang katapangan at
nagtatakang tinatanong siya: "Hindi ka pa ba nasaktan ng
mababangis na hayop at mapaminsalang mga insektong
:iyon?" Sasagot siya

Oo naman, hindi pa ako nasaktan, dahil lagi kong dala"
".ang pangalan ng Diyos at iyon ang aking proteksyon

Maaari rin nating kilalanin na ang proteksyon ng Diyos
ay sumasaklaw sa atin. Siya ay laging nariyan upang
pagaanin ang ating mga kasawian at tulungan tayong
malampasan ang ating mga problema, ngunit dapat nating
panatilihing bukas ang ating mga sarili sa Kanyang mga
pagpapala, sa pamamagitan ng pag-iisip sa Kanya,
pananalangin sa Kanya, at pakikipag-ugnayan sa Kanya sa

ating mga puso habang ginagampanan ang ating mga
.tungkulin

Kung gagawin natin iyan, makakayanan natin ang mga
bagyo, at ang mga mahirap na problema at kritikal na krisis
ay hindi makakatalo sa atin o makakasira sa ating
.determinasyon

espirituwal na pagmamalaki

Ang kapakumbabaan ang pinakamalaking bentahe sa
espirituwal na landas, at ang paglinang ng kapakumbabaan
ay nagpapabilis at nagpoprotekta sa paglago ng sarili

Ang pagpapakumbaba ang dapat maging pundasyon
kung saan itinatatag ng naghahanap ang kanyang
espirituwal na buhay kung nais niyang maabot ang kanyang
layunin, na siyang maging kasuwato ng Diyos at madama
.ang Kanyang presensya

Hinihikayat ng mundo ang pagmamalaki tungkol sa mga
nagawa, ari-arian, at posisyon, at ang pagsisikap na
makamit ang pagsang-ayon at paghanga ng iba, ngunit
dapat ilipat ng naghahanap ang kanyang atensyon mula sa
.maliit na sarili, ang "ego," patungo sa mas mataas na sarili

Ang tunay na pagpapakumbaba ay nangangahulugan ng
pagkaalam nang may katiyakan na ang Diyos ay lahat sa
lahat, at pag-aalis ng ambisyon na bigyang-kasiyahan ang

ego sa pamamagitan ng pagbuo ng mas malaking ambisyon
.na makamit ang pabor ng Diyos

Tungkol din ito sa pagtalikod sa pagkamakasari sa
pamamagitan ng paglinang ng banal na pagmamahal at
pagbaling sa Diyos, na siyang pinagmumulan ng lahat ng
.ating hinahanap at sinisikap na maabot o makamit

Ang espirituwal na pagmamataas ay isang malinaw na
tukso, at ang naghahanap ay dapat mag-ingat sa paghihirap
na ito dahil natatakpan nito ang anumang pananaw sa Diyos
.o posibilidad na makipag-ugnayan sa Kanya

Maliban kung ang disipulo ay taimtim na magsisikap na
makamit ang kapakumbabaan, siya ay madaling mahulog sa
.mga bitag ng ilusyon at mga silo ng kapalaluan

Sa katunayan, maaaring malampasan ng isang tao ang
maraming kahinaan at makagawa ng malaking pag-unlad sa
kanyang paglalakbay, ngunit maaari pa rin siyang mahulog
.dahil sa tukso ng pagmamataas

Alam ng Panginoon ng Sansinukob at Tagasuri ng mga
Konsensya kung ano ang nasa loob ng mga puso, at
mawawala ito sa mga nagmamalaki sa kanilang
.espirituwalidad

Ang mga taong ipinagmamalaki ang kanilang mga
espirituwal na karanasan ay nababahiran ng pagpapahalaga
sa sarili, o sa madaling salita, nagsisimula nilang isipin ang

kanilang sarili bilang espesyal, at maaaring mawala ang mga
.biyayang kanilang natanggap

Siya na ang pagmamataas ay nangingibabaw sa mga
banal na pagpapala sa loob niya at ginagamit nang mali ang
mga espirituwal na kaloob, at pagkatapos ay binibigyan ng
Diyos ng aral sa kapakumbabaan ang disipulong iyon sa
pamamagitan ng pag-alis ng Kanyang mga pagpapala mula
sa kanya hanggang sa makamit niya ang espirituwal na pag-
unawa at itama ang kanyang landas. Ngunit ginagawa Niya
ito dahil sa pag-ibig, dahil kapag ang puso ng disipulo ay
bumubukas sa Diyos nang may buong kapakumbabaan, na
natatanto na siya ay lubos na umaasa sa Diyos, saka niya
.matatamo ang buong sukat ng banal na biyaya

Kapag ang buhay ng isang disipulo ay napupuno ng
kapakumbabaan, ang bango ng kapakumbabaan ay umaakit
ng banal na pangangalaga, ang mga pagpapala ay
bumababa sa disipulo, at ang kanyang buhay ay napupuno
.ng kapayapaan at pagmamahal

Kalikasan ng tao

Walang limitasyon ang pag-iisip, dahil anuman ang
iyong larangan o espesyalisasyon, kapag itinuon mo ang
iyong isip sa materyal na iyon, walang katapusan ang

patutunguhan nito. Wala ring katapusan ang karunungan o .impormasyong magagamit at mapapakinabangan mo

Alam ba ninyo, mga kaibigan, na ang bawat isa sa inyo ay may bahagyang kakaibang interpretasyon sa mga salitang ito kumpara sa iba? Ang dahilan ay ang proseso ng .pag-iisip ng bawat tao ay magkakaiba

Dahil ang bawat tao ay natatangi sa kanilang kalikasan at paraan ng pag-iisip, ang kanilang mga reaksiyon at tugon sa anumang sitwasyon ay naiiba sa sinuman. Ang kanilang panloob na kalikasan ay ang kabuuan ng kanilang mga iniisip, damdamin, tugon, at motibasyon—at ang mga ito naman ang nagtatakda ng katangian ng kanilang magnetismo, o ang kapangyarihan ng atraksyon na kanilang .taglay

Ang magnetismo ang pinakamalaking puwersa kung saan maaari kang makaakit ng mga kaibigan, palakaibigang simpatiya, at mabuting kalooban

Gusto nating lahat na mapansin at maisaalang-alang; walang gustong balewalain o malimutan. Kahit ang mga bata ay sadyang kumikilos sa ilang paraan upang subukang .makaakit ng atensyon

Gusto rin nating mahalin at pahalagahan ng iba. Ngunit ilan sa atin ang nagbibigay sa iba ng parehong pag-unawa at konsiderasyon na sa tingin natin ay nararapat sa atin mula ?sa kanila

Lubos tayong nakikiramay sa ating sarili at nagpapatawad sa ating sariling mga pagkukulang, habang tayo ay lubos na handang pumuna at kondenahin ang mga .pagkakamali ng iba

Kaya ba nating humarap sa iba at sabihin sa kanila ang lahat ng ating mga kapintasan simula pagkabata? Ang sagot ay hindi

Ngunit maliban kung matututo tayo ng mabuting pag-uugali, hindi natin maipapakita sa iba kung paano kumilos nang maayos

Wala tayong karapatang maging hindi mapagparaya sa mga kahinaan ng iba kung tayo mismo ay nagdurusa rin .dahil dito

Ang mundo ay puno ng mga taong gustong ayusin ang iba ngunit hindi ang kanilang sarili. Maliban kung tayo ay makikibahagi sa nakabubuo na pagtatasa sa sarili, ang mga .araw at taon ay lilipas nang hindi tayo nagbabago

Ang kailangan natin ay reporma sa sarili, dahil kapag binago natin ang ating mga sarili, mapapabago natin ang .libu-libo sa pamamagitan ng ating mabuting halimbawa

Tunay nga, mas malakas magsalita ang mga kilos kaysa sa mga salita

Ang mga espirituwal na inspirasyon ay patuloy na
pinapanibago at nagdadala ng kapayapaan at kagalakan

Ang kamalayang espirituwal ay nagsisimula bilang isang
banayad na simoy ng hangin at pagkatapos ay lumalakas
hanggang sa ito ay maging isang pinagpalang hangin na
tumatangay sa mga labi ng kamangmangan, mga guho ng
.kasamaan, at mga tambak ng pagkamakasarili

May mga nakapagpapatibay na palatandaan na
lumilitaw sa pagnanais ng lumalaking bilang ng mga mahilig
sa Enlightenment na umangat sa pandaigdigang antas ng
.pagkakasundo at espirituwal na pag-unawa

Sa lawak ng ating pagkakasundo sa mga alon ng
kapayapaan, mas nagiging mulat tayo sa ating espirituwal
na kalikasan at sa ating koneksyon sa ating banal na
.pinagmumulan

Ang banal na pag-ibig ay naglilinis ng mga kaisipan
Nililinis nito ang mga emosyon
At ginigising nila ang kamalayan

Ang banal na karunungan ay malalim, simple, at
kahanga-hanga, at sinumang naaayon dito ay nagtataglay
ng panloob na kompas na nagpapakita sa kanya ng tamang
.direksyon upang hindi siya maligaw ng landas

Ang banal na karunungan at banal na pag-ibig ay
kasinglapit sa atin hangga't pinapayagan ng ating mga
iniisip

Kung paanong ang isang electric generator ay
nagbibigay ng kuryente sa mga ilaw ng lungsod, gayundin
ang mga taong nakikiisa sa Diyos ay tumatanggap ng
maliwanag na enerhiya na tumutulong sa kanila na pawiin
ang kadiliman sa kanilang mga kaluluwa at sa kanilang
.paligid

Ang mga tunay na nagmamahal sa Diyos at iniaayon
ang kanilang buhay sa mga batas ng sansinukob ay
nakararanas ng saganang lakas, kapayapaan, at pagpapala

Hinihiling namin sa Diyos na Makapangyarihan na
bigyan tayo ng mga pagpapala at pinakadakilang
inspirasyon

At nawa'y punuin Niya ang ating determinasyon ng
lakas at kakayahang magtrabaho nang produktibo at
.maglingkod nang walang pag-iimbot

At nawa'y mamuhay tayo nang palagian sa pag-alaala
sa Kanya, ang pinagmumulan ng lahat ng kabutihan, biyaya,
at pag-iral

Mula sa mga archive: Ang kwento ng puno ng
pagnanasa

Noong unang panahon, isang ermitanyo na
nagngangalang Harry ang nanirahan sa Hindustan at
gumugol ng maraming taon sa paggala sa Himalayas upang

maghanap ng isang bihirang puno na tinatawag na Wish
.Tree

Sinasabi ng alamat na ang mga kahanga-hangang
punong ito ay matatagpuan lamang ng mga ermitanyo
bilang gantimpala sa kanilang asetisismo at mahigpit na
pagsasagawa ng mga espirituwal na disiplina. Sinasabing
ang mga punong ito ay may kapangyarihang ipagkaloob ang
mga kahilingan at hangarin ng sinumang nakaupo sa ilalim
.ng kanilang mga sanga

Sa kaibuturan ng ermitanyong si Harry, naramdaman
niya na karapat-dapat siyang matagpuan ang punong iyon
dahil sa kanyang mahabang pagsasagawa ng iba't ibang
pagtitimpi, sa kanyang kusang-loob na pagtikim ng
kahirapan, at sa kanyang dedikasyon sa mahigpit na
.disiplina na itinakda niya para sa kanyang sarili

Ngunit sa kabila ng lahat ng mga espirituwal na
hangaring ito, may mga aral pa siyang hindi pa natututuhan.
Bagama't hinangad niya ang banal na kaalaman, mayroon
din siyang iba pang mga hindi gaanong mahahalagang
.pagnanasa

Kabilang sa mga hangaring iyon ay ang pananabik na
matagpuan ang Puno ng Paghahangad. Ang mabatong
landas sa bundok ay nagpahina sa kanyang mga paa sa
walang humpay niyang paghahanap sa bagay na ninanais ng
kanyang puso at sa katuparan ng kanyang pinakamalalim na
mga inaasam. Ang kanyang panloob na damdamin ay
patuloy na nagbibigay-katiyakan sa kanya na ang kanyang
hiling ay matutupad, at ang puno ay naghihintay sa kanya

bilang isang natural na gantimpala para sa kanyang
espirituwal na pagsisikap, na higit pa sa kakayahan at
.pagtitiis ng isang ordinaryong tao

Tama ang ating kaibigan sa kanyang intuwisyon. Sa isa
sa mga lambak sa Himalayas, nakakita siya ng isang punong
malalapad ang dahon na, salamat sa kanyang espirituwal na
pananaw, ay agad niyang nakilala bilang ang kayamanang
.matagal na niyang hinahanap at inaasam na matagpuan

Agad-agad at may matinding kasabikan, lumapit siya sa
mga sanga ng puno at naupo sa ilalim nito. Upang
maranasan ang pambihirang kapangyarihan ng natatanging
punong ito, ipinikit ni Harry ang kanyang mga mata at sinabi
sa sarili, "Kung ito ang Puno ng mga Pagnanais, hayaan mo
"!itong maging isang makapangyarihang kuta para sa akin

Hindi pa natatagalan sa kanyang isipan ang pag-iisip na
iyon nang lumitaw ang isang kahanga-hangang palasyo sa
tabi ng puno, na napapalibutan ng malalagong hardin na
puno ng mga sariwang rosas, mababangong basil, at
.matatayog na puno

Natuwa si Harry sa himalang ito at napuno ng tuwa na
natupad ang kanyang pinakamamahal na hiling, dahil sa
wakas ay natagpuan na niya ang Wishing Tree na matagal
na niyang hinahanap. Hindi siya naghintay nang matagal
bago ipinahayag ang kanyang susunod na hiling, na
nagsasabing: "Nais kong makita sa paligid ko ang isang koro
ng magagandang dalaga na naghahain sa akin ng
pinakamasarap at pinakamasasarap na pagkain sa mga
ginintuang bandehado at nagbubuhos sa akin ng mga

inumang mas matamis kaysa sa anumang pilak na pitsel sa
".mga kopa na kumikinang na parang kumikinang na ginto

Sa isang kisap-mata, natupad ang kanyang hiling, dahil
natagpuan niya sa harap niya ang isang mesa na puno ng
lahat ng uri ng masasarap na pagkain na inihahain sa mga
ginintuang plato, at magagandang dalaga na nag-aalok sa
kanya ng iba't ibang pagkain at inumin na angkop sa mga
.hari at prinsipal

Matapos masiyahan sa marangya at maluho na piging,
sinimulang siyasatin ng ating kaibigan ang kanyang bagong
tirahan. Umakyat siya sa makintab na hagdanang marmol at
naglakad-lakad sa mga silid na nababalutan ng hiyas at
.nakasisilaw na kinang

Sa wakas, ang ating mapalad na ermitanyo ay napagod
sa paglalakad at naghanap ng kapayapaan at pahinga sa isa
sa mga silid sa ground floor. Ang mabababang bintana ng
silid na iyon ay nalililiman ng mahahabang sanga ng
.maluwalhating Wishing Tree

Habang nakahiga siya sa isang kama malapit sa
bintana, napansin niya na ang makakapal na sanga ng puno
ng wishing ay nakaharang sa liwanag, at nakaramdam siya
ng lungkot at takot na gumapang sa kanyang puso. Ang
katahimikan ay nabasag lamang ng ilang mga tunog, na
iniisip niya kung nagmumula ba sa hardin o mula sa mga
mababangis na hayop sa kagubatan na malayang gumagala
.sa labas ng mga pader ng palasyo

Nasabi niya sa sarili: Paano kung makapasok ang isa sa mga tigre sa kagubatan sa bintana? Kung gayon, lalamunin .ako nito at ito na ang magiging katapusan ko

Pagkarating pa lang sa kanyang isipan ang takot na iyon, isang mabangis na tigre ang sumunggab mula sa bintana, sinunggaban ang takot na ermitanyo, at dinala siya palayo upang lamunin—isang kakila-kilabot na kapalaran .nga

Sa kasamaang palad, hindi napagtanto ni Harry na ang Wishing Tree ay hindi nakakapag-iba ng mabuti at masamang kaisipan. Ang layunin nito ay ipagkaloob lamang ang mga kahilingan ng mga nag-iingat nito. Sa katunayan, ang Wishing Tree ay perpektong kumakatawan sa makapangyarihang imahe ng isipan ng ermitanyo na si .Harry, at iyon ang kanyang huling naisip

Ang bawat tao'y nabubuhay sa ilalim ng puno ng kanilang mga hangarin, na siyang tumutupad sa lahat ng kanilang mga hangarin. Ang punong iyon ay ang lakas ng loob. Ang lakas ng loob ng tao, na isang repleksyon ng banal na kalooban, ay nagtataglay sa esensya nito ng kapangyarihang maisakatuparan ang mga inaasam at .hangarin ng isang tao

Ngunit sinumang hindi marunong kontrolin ang kanyang mga hangarin, pagnanasa, at pag-iisip ay dapat magpasalamat sa kanyang Panginoon nang libu-libong beses dahil ang kanyang mga hindi disiplinadong pag-iisip ay hindi agad natutupad, kung hindi, ang mga mababangis na pagnanasa ay awtomatikong magdudulot ng isang sagisag

ng mga mandaragit at gutom na tigre na sisira sa
katahimikan ng kaluluwa, dudurog sa buto ng kaligayahan,
at gagawing tigang na ilang ang oasis ng espirituwal na
.kapayapaan

Isa itong magandang aral upang ituon ang mga iniisip sa
mga positibo at mabubuting bagay habang nakaupo sa ilalim
ng mga sanga ng Wishing Tree, na walang iba kundi ang
.matibay na kalooban at makapangyarihang talino ng tao

Dapat mag-ingat ang isang tao sa pagtutuon ng pansin,
at patuloy na pag-iisip tungkol sa takot, pagkabigo, sakit, at
kamangmangan, dahil baka ang mga negatibong ito ay
lumitaw na parang mga halimaw mula sa kadiliman ng hindi
alam at lumikha ng mga malulubhang problema na mahirap
.harapin o kontrolin

Ang mga negatibong kaisipan ay nagdudulot lamang ng
pinsala sa taong nagkikimkim ng mga ito; palitan ang mga
ito ng mga positibong kaisipan kung ang hangad ay mabuti
para sa sarili at sa iba. At ang tagumpay ay nagmumula sa
.Diyos

* * *

Bukod sa mga materyal na kaloob, binibigyan tayo ng
Diyos ng pananampalataya at espirituwal na pag-unawa

At sa mga bumabaling sa Kanya at nagtitiwala sa Kanya,
ipinagkakaloob Niya ang pinakamataas na banal na
kamalayan

Ang mga pinagpalang kaloob ay iyong mga umaantig sa mga puso, nagbabago ng matigas na kalikasan, gumigising sa mga kaluluwa mula sa espirituwal na kapabayaan, at naghihikayat ng pagkakakilala at pagkakasundo sa mga .miyembro ng iisang pamilya ng tao

Ang mga nakakakilala sa Diyos ay hindi lamang nagtuturo sa pamamagitan ng kanilang matalinong mga salita at perpektong halimbawa, kundi nagkakaloob din sa atin ng dalisay at walang kundisyong banal na pag-ibig. Sa liwanag ng pag-ibig na iyon, nagkakaroon tayo ng bagong .pananaw sa ating mas mataas na potensyal

Ang mga hinirang ng Diyos ay naparito sa mundong ito upang bigyan tayo ng kaalaman tungkol sa Kanyang biyaya, at upang ipakita sa atin ang panloob na liwanag na humahawak sa atin sa kamay at umaakay sa atin patungo sa makalangit na tahanan, upang ang ating mga puso ay mapalaya mula sa lahat ng uri ng kawalan ng pag-asa at makamundong kadiliman, at hinihikayat nila tayo, tinitiyak sa atin na mayroon tayong bahagi sa banal na mana at .maaari tayong makipag-ugnayan sa kamalayang kosmiko

Habang ang tao ay nagiging kasuwato ng kanyang Lumikha, ang kanyang mga kasalanan ay nadudurog, ang kanyang mga kahinaan ay nagiging kalakasan, at napagtatanto niya na ang kanyang kaluluwa ay dalisay sa .diwa nito at malapit sa Diyos

Kapag ang patuloy na nagniningning na banal na liwanag ay sumisikat sa taong nagnanais nito, napagtatanto

niya na ang banal na esensya ay umiiral sa kanyang sarili at
gayundin sa iba, sa kabila ng makakapal na tabing na
pumipigil sa pagningning nito sa mga kaluluwang nasa ilalim
.ng impluwensya ng ilusyon

Hinihiling namin sa Diyos na Makapangyarihan na
ipagkaloob sa amin ang regalo ng mga regalo: ang
pakiramdam sa loob ng aming kamalayan ng sukdulang
kapayapaan, sukdulang pagmamahal, at di-malarawang
.kagalakan

Ang kailangan lang nating gawin ay bumaling nang may
pagmamahal at kumpiyansa sa pusong pandaigdig na ang
pagmamahal ay walang katapusan at ang pagbibigay ay
.walang hangganan

Nais ng Diyos na pagpalain tayo at bigyan tayo mula sa
Kanyang biyaya, ngunit dapat nating buksan ang ating mga
puso, palayain ang ating mga pananabik, at gawing handa
ang ating mga sarili na tumanggap sa Kanyang masaganang
.biyaya

Kapag tayo ay tumatawag sa Diyos nang buong puso,
lahat ng balakid tulad ng pagkabalisa, pagdududa, at takot
ay naaalis, at nadarama natin ang pagiging malapit sa Diyos
.at ang Kanyang pagiging malapit sa atin

Dalangin namin ang kabutihan at pagpapala sa lahat

Sumainyo ang kapayapaan, mga kaibigan namin

Maging panauhin ko magpakailanman

Panginoon, gabayan mo po ang aking mga hakbang sa
matuwid na landas
At igalaw ang aking mga kamay sa mga gawa ng
kabaitan

Pagpalain mo ang aking mga mata, upang makita nila
ang dapat kong makita
Hayaan mong dumaloy ang iyong inspirasyon sa aking
mga salita
At ibuhos ang iyong kabaitan sa iba gamit ang aking
matamis at magiliw na mga salita

Nawa'y lumabas ang iyong halimuyak mula sa bulaklak
ng aking kaluluwa
At upang makaakit ng mga kaluluwa sa templo ng iyong
presensya

Pagpalain nawa ng iyong haplos ang aking puso
Marahil ay hindi siya makakasundo at makakasundo ng
lahat

Pag-aralan ang aking mga ideya
Nawa'y madala ko ang iba sa bukal ng iyong
kapayapaan

Maging panauhin ko magpakailanman
At manahan sa templo ng aking katahimikan at
kagalakan

Hindi kita malilimutan, Panginoon
Hindi ako tatahak sa landas ng buhay kung wala ka

Nawala ako sa mga landas ng panahon
Itinuro mo sa akin ang daan at ibinalik mo ako sa iyo

Pagkalooban mo ako ng matinding emosyonal na
pananabik

At sa alingawngaw ng buhay na debosyon sa iyo
Hayaan mong marinig ko ang iyong pinagpalang tinig

* * *

Sinabi ng guro, habang hinihikayat ang isa sa mga
:estudyante

Ang pagkatisod at pagkahulog sa maling patibong ay
pansamantalang kahinaan lamang

Huwag mong isipin na ikaw ay nawawala sa mga
labirinto ng buhay at hindi mo na mahahanap muli ang daan.
Ang parehong lupang iyong pinagbagsakan ay maaaring
gamitin bilang suporta at pundasyon upang muling
bumangon, kung ikaw ay matututo mula sa iyong mga
.karanasan

Kung matutukoy mo ang mga partikular na pagkakamali
sa iyong buhay at magdesisyon kang huwag nang ulitin ang
mga ito, kahit na madapa ka ulit, ang epekto ng pagkadapa

na iyon ay magiging mas kaunti kaysa kung hindi mo man
.lang sinubukan

Hindi natin dapat asahan na magtatagumpay tayo sa
lahat ng ating mga pagtatangka

Maaaring mabigo ang ilan sa ating mga pagtatangka,
ngunit ang iba naman ay magtatagumpay

Alamin na ang tagumpay at kabiguan ay magkaugnay;
hindi maaaring umiral nang hiwalay ang alinman sa dalawa.

Kaya naman, hindi tayo dapat maging mayabang o
mayabang kung tayo ay makakamit ng malaking tagumpay,
ni hindi tayo dapat masiraan ng loob o panghinaan ng loob
.kung tayo ay makaranas ng kabiguan

* * *

Sinasabing isang sikat na propesor ang namuhay nang
mahina ang kalusugan halos buong buhay niya. Bago siya
umabot sa edad na apatnapu, dumanas siya ng dalawang
nervous breakdown at nagkaroon ng malubhang sakit sa
.puso

Napakahirap para sa kanya na ipagpatuloy ang kanyang
trabaho, at lumala ang kanyang kondisyon sa paglipas ng
mga araw hanggang sa dumanas siya ng matinding
kahirapan sa paglalakad at pagbibigay ng mga aralin, dahil
ang pinakamaliit na pisikal na paggalaw ay nagdudulot sa
.kanya ng matinding sakit at pakiramdam ng pagkasakal

Sa wakas – nawa'y humaba pa ang iyong buhay – sinabi sa kanya ng kanyang mga doktor na bilang na ang kanyang mga araw, at ang diagnosis ng mga doktor ay nagpalala sa kanyang pakiramdam ng kawalan ng kakayahan at kawalan .ng pag-asa

Di-nagtagal pagkatapos noon, dumalo siya sa isang inspirational spiritual retreat na nagbigay sa kanya ng .bagong pananaw, at nadama niyang malapit siya sa Diyos

Nang hapong iyon, naglakad-lakad siya at pumasok sa isang kagubatan ng pino at umupo sa isang puno upang magpahinga, at natagpuan niya ang kanyang sarili na nananalangin nang buong puso, hinihiling sa Diyos mula sa kaibuturan ng kanyang puso na pagalingin siya at palayain .siya mula sa kanyang pisikal na kapansanan

Pagkatapos ay hiniling niya sa Diyos na lumapit sa kanya, angkinin ang kanyang buhay, at itama ang kanyang pisikal na kondisyon

Sinabi niya tungkol dito: “Doon sa kagubatan, nagkaroon ako ng koneksyon sa Diyos, at naramdaman ko na ang bawat selula sa aking katawan ay nanginginig sa ”banal na presensya

Pagkalipas ng ilang araw, nagawa niyang umakyat sa isang bundok, isang aktibidad na hindi niya nagawa noon. Sinabi niya tungkol dito: "Nang marating ko ang tuktok ng bundok, nawala sa akin ang takot at panghihina at hindi ko

na muling naramdaman ang mga ito. Simula noon,
naramdaman kong may bagong pusong tumitibok sa aking
".dibdib

At iyon nga ang tunay na nangyari, nang makilala siya
dahil sa kanyang sigla, enerhiya, at masaganang akda sa
panitikan, at nabuhay nang halos apatnapung taon matapos
.ang diyagnosis na iyon mula sa kanyang mga doktor

Kadalasan, kapag napipilitan tayong baguhin ang ating
mga paraan ng pag-iisip at pagkilos—dahil man sa
pangangailangan o sakit—napipilitan tayong sumuko sa
Diyos at magsimulang muli. Pagkatapos ay magsisimula ang
proseso ng paglikha, at ang puwersa ng buhay ay
dumadaloy nang walang hadlang sa ating mga iniisip at
katawan. Dahil dito, ang tunay na espirituwal na pagbabago
ay nangyayari sa panahon ng kritikal na sikolohikal o pisikal
.na pagdurusa

Mayroong isang pagsusumamo na tinatawag na
"Panalangin ng Pagtalikod" kung saan sinasabi ng
:nagsusumamo

O Panginoon, sa sandaling ito ay kinakaharap ko ang"
problemang ito, ngunit ang kahihinatnan ay nasa Iyong mga
kamay, aking minamahal na Diyos. Ito ang Iyong utos, at
tatanggapin ko ang Iyong kalooban at masisiyahan sa kung
".ano ang Iyong nais para sa akin

Natural lamang, mahirap para sa marami na manalangin
nang taimtim sa ganitong paraan, dahil nangangahulugan ito
ngpagsuko sa sariling kagustuhan at mga pagnanasa ng

"ego," at ito ang isa sa pinakamahirap na bagay para sa isang tao. Sinumang makakagawa nito ay nagpapakita ng .ganap na pagtitiwala sa Diyos

Ngunit hindi ito nangangahulugan na dapat tayong maging pasibo at umaasa, umaasang lulutasin ng Diyos ang lahat ng ating mga problema nang walang anumang pagsisikap sa ating bahagi. "At sabihin mo, 'Magtrabaho ka!'" dahil ang pananampalatayang walang gawa ay walang .buhay

Kung ang isang tao ay nakaupo sa isang silid, ikinakandado ang pinto, at patuloy na tinitiyak sa kanyang sarili na siya ay yayamanin ng Diyos nang hindi siya gumagawa ng anumang bagay, hindi sasagutin ng Diyos ang kanyang panalangin, dahil kailangan niyang magtrabaho .upang yumaman o anumang bagay

Ang bulag na pananampalataya na walang "gawa" o espirituwal na pagsisikap ay pumapatay sa liwanag ng pangangatwiran, ngunit kung ang isang tao ay gumagamit ng kanyang isip, gumagawa ng mga lohikal na aksyon, at nakikibahagi sa mga nakabubuo na aktibidad, siya ay makakatanggap ng banal na pangangalaga at .makakatanggap ng banal na tugon

* * *

Ang tunay na pagkakaibigan ay higit pa sa anumang kayamanan sa mundong ito
Ang mga may pagmamahal sa kanilang mga puso ay tunay na makikilala ang iba

Para siyang tumitingin sa isang malinaw na bote na
.gawa sa salamin at nakikita ang laman nito

Ang pagkilala sa iba sa ganitong paraan ay nagmumula
sa pagmamahal sa Diyos at pagmamahal sa iba nang may
pagmamahal na iyon

* * *

Sa larawan: Si Master Paramhansa kasama ang ilan sa
kanyang mga kaibigang Katutubong Amerikano na
pinahahalagahan ang kanyang pagkakaibigan, hinangad na
makipag-usap sa kanya, at nasiyahan na makilala siya

Madalas nating nasusumpungan ang ating mga sarili na
nakakulong sa mga sitwasyong tila wala tayong kakayahang
baguhin. Ginagawa natin ang lahat ng ating maisip, kabilang
ang taos-pusong pagdarasal sa Diyos na baguhin ang ating
sitwasyon sa paraang sa tingin natin ay pinakamainam para
sa atin. Sa kabila nito, ang ating inaasam—maging tulong
pinansyal, kalusugan, o anumang bagay—ay maaaring hindi
matupad, na mag-iiwan sa atin ng kawalan ng pag-asa at
.pagkadismaya

Ngunit kapag hindi natin magawang kumonekta sa
banal na kapangyarihan sa loob natin, ito ay dahil hindi natin
.nauunawaan ang kahulugan ng pagsuko

Isang matalinong tao ang minsang nagpayo na lahat ng
problema ay maaaring malutas sa pamamagitan ng

meditasyon, ngunit karamihan sa mga tao ay hindi nakakaalam na ang meditasyon ay hindi tungkol sa pagsisikap na maunawaan ang Diyos o makakuha ng anumang bagay mula sa Kanya. Dapat muna nating kilalanin ang ating koneksyon sa Diyos at bitawan ang maliit na ego o "ego" na nagsisilbing hadlang sa ating buhay at naglilimita .sa daloy ng banal na kapangyarihan sa atin

May kuwento tungkol sa isang babaeng nanatiling may kapansanan at may sakit sa loob ng walong taon, patuloy na nananalangin sa Diyos na pagalingin siya upang maipagpatuloy niya ang kanyang trabaho. Sa wakas, dahil sa pagkabigo sa tila walang saysay niyang mga pagtatangka, sumuko siya sa kalooban ng Diyos, at :nanalangin ng ganito

Inilalagay ko ang aking buhay sa iyong mga kamay, O" Panginoon. Kung nais mong manatili akong lumpo at may kapansanan, responsibilidad mo iyon, ngunit higit pa sa kalusugan ang gusto ko mula sa iyo, at nasa iyo ang bagay ".na ito kung ano ang gusto at gagawin mo

Sa loob ng dalawang linggo ay tuluyan na siyang gumaling at nilisan ang kanyang higaan ng karamdaman

Maaaring mukhang kabalintunaan ito, ngunit ang pangunahing ideya ay madalas nating sinusubukang hilingin sa Diyos na gawin ang ating kalooban sa halip na magpasakop sa Kanyang mga pagsusumamo na nagmumula sa pansariling interes at makasariling mga pagnanasa ang humaharang sa mga daluyan ng panalangin. Tiyak, tinutulungan ng Diyos ang mga tumutulong sa kanilang

sarili, at habang mas sinasanay natin ang ating kalooban na umayon sa banal na kalooban, mas maraming pinagpalang .kapangyarihan ang ating nadadala sa ating buhay

Ngunit kung minsan ang ating kalooban ay hindi ginagabayan ng karunungan, ngunit iginigiit natin ang isang bagay na hindi para sa ating ikabubuti, at ang Diyos ay hindi .nakikialam upang baguhin ang ating mga kalagayan

Ang ating sariling mga mapagkukunan ay maaaring minsan ay sapat na upang makayanan ang ating mga kalagayan, ngunit sa kalaunan ay nahaharap tayo sa mga malulubhang hamon na hindi natin kontrolado, na nag-iiwan sa atin sa isang mahirap na kalagayan. Gayunpaman, kung maisasantabi natin ang ating ego at taimtim at manalangin, "Masunod ang kalooban mo, Panginoon, at hindi ang akin," binubuksan natin ang ating mga puso sa daloy ng patnubay, at ang banal na kapangyarihan at masaganang mga .pagpapala ay ibubuhos sa atin

Sa kabila ng paggawa ng lahat ng ating makakaya upang malutas ang ating mga problema, dapat nating mapagtanto na ang kapangyarihan ng tao ay limitado at dapat nating buksan ang ating mga sarili sa walang limitasyong kapangyarihan ng Diyos, ngunit tila marami ang kailangang magdusa ng ganap na kawalan ng kakayahan .bago nila matanto ang katotohanang ito

May isang himno na nagsasabing: "Kapag ako'y
"nabibigo, ikaw ang darating upang ako'y palayain

At iyan ang paraan ng Diyos ng pagtuturo sa atin na sa
huli, Siya lamang ang makakapagpabago ng mahihirap na
kalagayan at makakalutas ng mga problemang mahirap
.lutasin

* * *

Bagama't pinakikinggan ng Diyos ang lahat ng ating
mga panalangin (upang dalawin Niya tayo)
Pero hindi siya laging sumasagot

Ang ating sitwasyon ay parang isang batang tumatawag
sa kanyang ina
Ngunit hindi nakikita ng ina ang pangangailangang
lumapit sa kanya
Kaya pinadalhan niya siya ng laruan para manatili
siyang abala at tahimik

Ngunit kapag ang isang bata ay tumangging maaliw ng
anumang bagay
Tanging ang ina mismo ang lumalapit sa kanya

Gayundin, sinumang nagnanais makilala ang Diyos
Dapat parang bata
Ang hindi nasisiyahan sa presensya ng ina bilang kapalit

magnetikong pag-unlad

Maaaring malinang ng isang tao ang magnetismo na
kanilang napili, maging ito man ay upang maakit ang kataas-

taasang kapangyarihan ng Diyos, upang magkaroon ng mga kakayahang pangkaisipan, o upang maakit ang mga pangangailangan sa pang-araw-araw na buhay

Binigyan ng Diyos ang sangkatauhan ng katawan, at dapat natin itong pangalagaan. Ang mga naglililang at gumagamit ng kanilang pisikal na magnetismo para lamang sa materyal na ari-arian at mental na lakas ay malililang sa huli. Gayunpaman, ang mga naglililang ng kanilang espirituwal na magnetismo ay makakatagpo ng pinagpalang kapangyarihan na tumutugon sa kanilang mga pangangailangan at tumutupad sa lahat ng kanilang materyal na mga hangarin

Mayroong isang pangkalahatang batas na epektibo, at naranasan ko ito sa aking buhay at nakumpirma kong epektibo ito

Mahalaga para sa isang tao na magkaroon ng malakas at malusog na katawan na tumutugon sa mga utos ng isip. Isipin ang isang taong tamad at walang motibasyon na pumapasok sa trabaho nang walang ambisyon o enerhiya, pagkatapos ay isipin ang isang kabayong handang tumakbo sa karerahan sa sandaling makatanggap ito ng hudyat na magsimula. Ganoon dapat ang katawan

Minsan napapansin natin ang ilang matatanda na nasa mabuting kalusugan at may sigla ng kabataan. Ang kanilang mga katawan ay mukhang bata at puno ng magnetismo, at sa kabila ng kanilang edad, mayroon silang kaakit-akit na mga personalidad

Nakakaubos ng enerhiya ang pagyuko nang pagyuko.

Obserbahan kung paano umupo ang mga tao sa kanilang mga upuan; ang ilan ay tila nakayuko at inaantok, kaya't sa sandaling makita mo sila, pakiramdam mo ay pagod ka na.

Ang iba naman ay nakaupo nang tuwid, at alam mong mayroon silang masiglang presensya; sa sandaling tingnan .mo sila, nakakakonekta ka sa kanila

Sinumang magpapaubaya sa kanyang sarili na umupo nang nakayuko at walang ingat na nakadaragdag sa pagkurba at pagbaluktot ng kanyang gulugod dahil sa maling postura. Ang ganitong uri ng pag-upo ay nakakaapekto rin sa sikolohikal na estado at ginagawang .negatibo ang pag-iisip

Ang mga nakaupo nang tuwid at may maayos na postura ay mas positibo at optimistiko. Ang mga hindi makaupo nang tuwid dahil sa mga espesyal na pangyayari ay maaaring mabawi ito sa pamamagitan ng kanilang optimismo, positibong pananaw, at matibay na presensya sa .pag-iisip

Palaging ituon ang iyong isip sa anumang iyong ginagawa, gaano man ito kaliit o kawalang-halaga, habang pinapanatiling flexible ang iyong isip upang makapaglipat ka sa ibang interes kung kinakailangan. Ngunit higit sa lahat, gawin ang lahat nang may lubos na konsentrasyon, dahil .lubos nitong mapapahusay ang iyong karisma

Karamihan sa mga matagumpay na negosyante sa anumang larangan ay lubos na nakakaalam kung paano .gamitin ang magnetikong kapangyarihan

Ang pagpipigil sa sarili ay nagbibigay sa isang tao ng magnetikong kalamangan, pati na rin ang kakayahang magkaroon ng balanseng isip na hindi naaapektuhan ng mga emosyon at hilig.

Ang emosyonal na sigasig ay dapat baguhin sa lakas, sa aktibidad ng pag-iisip, at ang karunungan ay dapat kontrolin ang mga emosyon upang lumitaw ang magnetismo.

Ang katalinuhan na sinamahan ng emosyon ay lumilikha ng magnetismo. Ang isang taong may magnetismo ay nagsasalita nang may kumpiyansa.

Nagsasalita siya nang makatwiran, ngunit ang kanyang mga salita ay puno ng emosyon. Dapat tayong maging tapat sa lahat ng ating sinasabi at ginagawa, ngunit ang katapatan ay hindi nangangahulugang inisin o ipahiya ang iba.

Ang mga gulay at prutas ay may mga magnetikong katangian, lalo na ang mga prutas, dahil hindi nito nahaharangan o naaapektuhan ang proseso ng pagtunaw, habang ang labis na pagkonsumo ng mga protina at starch ay nakakatulong sa pagdeposito ng mga lason sa katawan.

Anumang may sakit na organ ay lilikha ng kawalan ng balanse sa katawan. Ang tiyan, sa partikular, ay dapat panatilihin malusog at maayos; halimbawa, ang gas sa tiyan ay nagdudulot ng kakulangan sa ginhawa at sa gayon ay negatibong nakakaapekto sa magnetismo.

Ang pagkain ng maraming pagkain ay may hindi kanais-
nais na mga kahihinatnan, habang ang pag-aayuno ay
nakakatulong upang maipakita ang pagiging magneto ng
isang tao, gayundin ang paglaktaw ng ilang pagkain
paminsan-minsan, ngunit hindi ito nangangahulugan ng
paggutom sa sarili hanggang sa puntong mapinsala ang
.kalusugan ng isang tao

Ang mga kumakain ng karne nang tatlong beses sa
isang araw ay may mahinang paningin at kaunting
magnetismo. Gayunpaman, ang wastong nutrisyon lamang
ay hindi sapat; ang kailangan ay para sa matinong pag-iisip,
marangal na pag-uugali, at matuwid na paglakad sa mga
.landas ng buhay

* * *

Kung lagi kang magtitiwala

Lubos na tiwala, walang pag-aalinlangan

Na ang kapangyarihan ng Diyos ay gumagana sa loob
mo

Sa likod ng iyong mga iniisip, panalangin, at paniniwala

Para bigyan ka ng walang limitasyong kapangyarihan

Upang harapin ang lahat ng mga pangyayari sa buhay

At kung naniniwala kang kasama mo ang Diyos

Ang kanyang pag-aalaga ay kasama ang bawat hakbang
mo

Lagi mong mararamdaman ang mga biyaya nito

At maramdaman ang kanyang presensya

Sa bawat aspeto ng iyong buhay

* * *

Ang Diyos ay pag-ibig, at ang Kanyang plano para sa
paglikha ay hindi maaaring nagmula, o nakaugat, sa
anumang bagay maliban sa pag-ibig. Hindi ba't ang
simpleng ideyang iyon ay nagbibigay sa puso ng tao ng higit
?na ginhawa at pag-asa kaysa sa anumang ibang lohika
Ang lahat ng mga taong may kaalaman na nakaabot sa
kaibuturan ng katotohanan ay nagpatotoo sa pagkakaroon
ng isang panlahat na banal na plano, at ito ay maganda at
.puno ng kasiyahan

Nilikha tayo ng Diyos bilang mga anghel ng enerhiya,
nababalot ng mga agos ng buhay, na dumadaloy sa mga
pisikal na lampara
Ngunit dahil sa ating pagtuon sa kahinaan at kahinaan
ng pisikal na lampara, nakalimutan natin kung paano

madama ang walang hanggan at hindi nasisira na mga
katangian ng enerhiya ng buhay na walang hanggan na
umiiral sa loob ng lampara, na napapailalim sa pagbabago at
.pagbabago

,Kapag nalampasan mo ang kamalayan ng mundong ito

Napagtanto na hindi ikaw ang katawan o ang isip

Gayunpaman, alam mo pa rin ang iyong presensya

Ang tunay mong kalikasan ay ang dalisay at walang

hangganang kamalayan

Ang siyang nagtataglay ng lahat ng bagay sa

sansinukob

Ang banal na pag-ibig ay naglilinis ng lahat ng materyal

na pagnanasa at binabago ang mga ito tungo sa marangal

na ambisyon at matayog na mithiin, at pinapagaling ang

puso mula sa mga sakit na kadalasang dulot ng mga

relasyong hindi nakabatay sa matibay na pundasyon ng

hindi natitinag na pagmamahal, tiyak na pag-unawa at

paggalang sa isa't isa, o sanhi ng pagkamatay ng isang

.mahal sa buhay

Kapag lubos nating iniibig ang Diyos, hindi tayo

masisiyahan sa anumang ibang pag-ibig maliban kung ito ay

bahagi ng mas dakilang pag-ibig na iyon, at sa banal na pag-

ibig na iyon ay matatagpuan natin ang pag-ibig ng lahat ng

puso dahil ang Diyos ang pinagmumulan ng pag-ibig sa

.sansinukob

Lahat ng ibinibigay sa iyo ng mundo at pagkatapos ay

inaalis sa iyo, na nag-iiwan sa iyo sa kalungkutan, sakit, o

pagkabigo, ay matatagpuan mo sa Diyos sa mas malawak na

.antas at walang mga bunga ng pagkabigo at kalungkutan

Inihagis ko ang lambat ng aking mga pananabik

Sa malawak na karagatan ng aking mga iniisip

Madalas itong nalilimutan ko

O Banal na Pag-ibig

!O, mahalagang biktima
Gayunpaman, patuloy akong sumisid
Sa kailaliman ng kapayapaan

At walang tigil, inihagis ko ang lambat ng aking pag-ibig
patungo sa iyo
Isa-isa
Kailangan kitang maabutan balang araw
Ang walang katapusang pananabik ko sa iyo ay isang
network

Inihahagis ko ang lambat ng aking pag-ibig kahit saan
Sa ibabaw ng magulong alon ng buhay
At tungkol sa mga kumikislap na bituin
At sa kaibuturan ng mabubuting kaluluwa

Ang alam ko lang ay isa akong mangangaso
At patuloy akong magsisikap na mahuli ka
O pinakamamahal na hiling at pinakadakilang
!kayamanan sa buhay

* * *

Ang mga ordinaryong espirituwal na manggagamot o
pari ay walang kapangyarihang magpatawad ng mga
kasalanan o magpalaya ng mga makasalanan na lumalapit
sa kanila upang humingi ng payo; ang magagawa lang nila
ay bigyan sila ng mga espirituwal na reseta, wala nang iba
.pa

Ang mga nakakakilala sa Diyos ay umabot na sa napakataas na antas ng espirituwalidad, kung kaya't hindi sila nasisiyahan sa pagbibigay lamang ng espirituwal na payo sa mga makasalanang, kundi maaari nilang – sa pamamagitan ng biyaya at tulong ng Diyos – na bigyan sila ng espirituwal na kapangyarihan na nagpapalaya sa kanila mula sa mga bunga ng kanilang mga makasalanang gawa

Lahat ng mabuti at masamang gawa ay nakatago sa mga selula ng utak at lumilitaw bilang mabuti o masamang .gawi o tendensiya sa pag-iisip

Ang isang taong dumaranas ng mga hindi malusog na gawi dahil sa mga selula ng kanyang utak na sinisingil ng kapangyarihan ng mga gawi na iyon ay maaaring palayain ang kanyang sarili sa pamamagitan ng paghahangad, pagmumuni-muni, taos-pusong panalangin, at patuloy na positibong pagpapatibay hanggang sa ang lahat ng kanyang hindi kanais-nais na mga gawi ay mabago tungo sa .mabubuting gawi ng kapayapaan at katahimikan

Nangyayari ito kapag ang wastong puwersa ng buhay ay kumikilos upang baguhin ang abnormal na katangian ng mga selula ng utak upang ang mga selulang iyon ay mapuno .ng lahat ng mabuti, matuwid, at maganda

Nangangahulugan ito na ang mga selula ng utak na puno ng mga maling ideya ay sinusunog ng mahahalagang aktibidad kapag ito ay malakas na natipon sa utak at ginagamit para sa marangal at kapaki-pakinabang na mga .layunin

Ang isang taong mahigpit na nakadikit sa kanilang
pisikal na katawan ay nagpapanatili ng kanilang
mahahalagang aktibidad na nakatuon sa kanilang mga
kalamnan at pandama, ngunit ang isang taong may
tendensiyang magnilay-nilay sa espirituwal ay nagpapanatili
ng kanilang mga kalamnan at katawan sa isang estado ng
aktibong pagpapahinga, at ang kanilang isip ay malayo sa
mga pandama, kaya't ang puwersa ng buhay ay tumigil sa
.papanatili sa sistema ng nerbiyos at naiipon sa utak

Dahil dito, ang meditasyon ang pinakamabisang paraan
upang gawing espirituwal ang mga selula ng utak at lipulin
ang mga ugat ng anumang hindi kanais-nais na ugali mula
.sa isipan

Ang ugali ay kapangyarihan, at inaabuso ng mga tao
ang kapangyarihang iyon sa pamamagitan ng paggawa ng
masasamang gawain sa halip na gamitin ito sa mabubuting
.gawain

Ang kamangmangan, kawalan ng pagmumuni-muni,
hindi pagpili ng mabuting kasama, at pagpapabaya sa
mabubuting gawa ay kadalasang humahantong sa isang tao
sa mga patibong at silo ng masasamang gawi, na parang
kumunoy na lumulunok sa taong naglalakad dito nang labag
.sa kanyang kalooban

Ang impluwensya ng pakikisama ay mas malakas kaysa
:sa determinasyon at mahusay na pagpapasya

Huwag makipagkaibigan sa masamang tao, dahil)
(maaaring masira ng masamang tao ang iyong pagkatao

Ang matatalinong tao ay kumikilos nang marangal nang
walang pagsisikap, habang ang mga umiibig sa pinsala ay
tila napipilitang gumawa ng mga mapaminsalang at
nakasusuklam na gawain dahil sa puwersa ng nakagawian
na nagtutulak sa kanila na gumawa ng kasalanan at
.kasamaan

Hinihiling namin sa Diyos na Makapangyarihan na
bigyan kami ng inspirasyon ng mabubuting kaisipan
Upang ating makita ang kabutihan at kagandahan
Pinag-iiba natin ang mga bagay na kapaki-pakinabang
at nakakapinsala
At upang tayo ay manumbalik sa kanya
At umaasa kami para dito
Pinagmumulan ng lahat ng kabutihan
At ang pinagmumulan ng lahat ng kabutihan

* * *

Sa likod ng mga anino ng buhay na ito ay naroon ang
kamangha-mangha at kahanga-hangang liwanag ng Diyos

Ang buong sansinukob ay isang malawak na templo
para sa Kanyang pinagpalang presensya

Kapag iniisip natin ang Diyos sa seryoso at malalim na
paraan
At mahal namin siya nang may lubos na pagmamahal
Lubos kaming nagtitiwala sa kanya

Hindi mabilang na mga pinto ang bumubukas sa harap
natin

At kapag nakita natin ang Kanyang liwanag
At ramdam natin ang kanyang presensya
Hindi lahat ng kakila-kilabot at nakakatakot na
...pangyayari sa buhay ay kayang
Para makuha natin ang kapayapaan at katahimikan
Mga bagay na nagpaparamdam sa atin na malapit tayo
sa Diyos

* * *

Sa buhay at sa kamatayan
Sa sakit at taggutom
O kahirapan at paghihirap
At sa mga pagbabago, kaguluhan, at kaguluhan ng
mundo
Ako'y laging nagpapakupkop sa Iyo, O Panginoon

?Ano ang pag-ibig
Ang pag-ibig ay ang halimuyak ng mga namumulaklak
na liryo
At ang koro ng tahimik na mga rosas
Pagdiriwang ng kagandahan ng kalikasan

Ang pag-ibig ay isang awit ng kaluluwa na umaawit
habang buhay
At ang balanseng ritmikong sayaw ng mga planeta
Sa walang hanggang paglalakbay nito sa malalim na
kalawakan

Uhaw sa mga bulaklak ang humigop ng sikat ng araw
At ito ay yumayabong at pinapakain ng elixir ng buhay

Ito ang pananabik ng mundo
Upang pakainin ang uhaw na mga ugat gamit ang gatas
nito
At upang pakainin ang mga nabubuhay na nilalang ng
diwa ng buhay

Ito ang makapangyarihang kalooban ng araw
Upang mapanatiling aktibo ang lahat ng nilalang
Ito ang puwersang nagtutulak sa buhay
Upang magbigay ng proteksyon at pangangalaga sa
mga menor de edad

Ito ang ngiti ng kawalang-muwang na pumupukaw ng
pagmamahal ng magulang para sa sanggol
Ito ang kusang pagpapasakop sa puso ng mga
mangingibig
Magbigay ng libreng serbisyo at pakikiramay

Ito ang pulso ng pagkakaibigan
Ang taong nagpapagaling ng mga pusong sugatan at
nagpapagaling ng mga sugat
Ito ay isang tawag ng puso na hindi kayang ilarawan

Siya ay isang makata na umaapaw sa pagmamahal sa
sangkatauhan
Ang taong nagdurusa sa kanyang paghihirap

Ito ay ang bilog ng pagiging malapit sa isa't isa sa
pagitan ng mga miyembro ng iisang pamilya
Patuloy na lumalawak at lumalawak patungo sa mas
malalaking espasyo
At mas malawak na mga larangan

Ito ang bulong ng buhay
Sa mga abot-tanaw ng mga bukas na isipan
At ang langit ng mga pusong puno ng mga bituin ng
marangal na damdamin

Ang pag-ibig ay kaligayahan ng kaluluwa
Ang inaasam ng mga mapagmahal na kaluluwa
At sabik na siyang maabutan at makausap siya

* * *

Ang kamatayan – nawa'y humaba ang inyong mga
buhay – ay hindi ang katapusan, kundi isang
pansamantalang paglaya na ipinagkakaloob sa tao kapag
ang pangkalahatang batas ng katarungan ay nagpasiya na
ang kanyang kasalukuyang katawan at kapaligiran ay
natupad na ang kanilang layunin, o kapag siya ay labis na
nalulumbay, napagod, o nagdurusa na hindi na niya
.makayanan ang mga pasanin ng buhay sa lupa

Para sa mga nagdurusa, ang kamatayan ay isang
muling pagkabuhay o isang paglaya mula sa masasakit na
pagdurusa ng katawan tungo sa paggising ng kapayapaan,
.katahimikan, at kapahingahan

Para sa mga matatanda, ito ay isang pagreretiro na
kanilang nakamit sa pamamagitan ng mga taon ng
.pakikibaka at pagsusumikap sa gitna ng hirap ng buhay

Para sa lahat ng mabubuting kaluluwa, ito ay isang
malugod na pahinga

Panahon na para paganahin ng sangkatauhan ang mga
kapangyarihang nasa loob nito na naghahayag ng mga
katotohanan. Ang kaligayahan ay nauugnay sa paghahayag
na ito, at ang mga nagnanais na maabot ang mga panloob
na abot-tanaw na iyon ay dapat magsikap nang may layunin
at pakainin ang kanilang mga isipan ng mga malikhaing
ideya upang mahawakan ang mga katotohanang inilagay ng
Diyos sa loob nila at makinabang mula sa mga pinagpalang
.kapangyarihang nananagana sa kanilang pagkatao

Sino ang naghahangad na masiyahan ang pisikal na
pandama nang hindi nalalasaan ang nektar ng espirituwal
?na kaligayahan

Namumuhunan siya mula sa banal na bukal, ang
pinagmumulan ng lahat ng kasiyahan at kasiyahan, sa isang
paraan na nalugi, kaya't nabigo ang kanyang kalakalan at
.kakaunti ang kanyang intelektwal na output

Ang mga nagnanais makilala ang Diyos ay matutupad
ng Diyos ang kanilang hiling dahil Siya ay mapagbigay at
maawain. Gayunpaman, karamihan sa mga tao ay hinahabol
ang mga makamundong pagnanasa, inaaliw ang kanilang
sarili sa pamamagitan ng materyal na kaligayahan na hindi

nagtatagal, at sila ay nagdurusa dahil sa hindi pagkamit nito
!o dahil sa pagkamit nito

Kahit ang mga matagumpay sa pananalapi ay kalaunan
ay makakaramdam ng kawalan sa kanilang buhay na
mahirap punan. Gayunpaman, ang mga taong iniuugnay ang
kanilang buhay sa Diyos ay mayaman, makapangyarihan, at
.nagtatamasa ng kasiyahan at kasaganaan

Ang pagbalewala sa mga utos ng karunungan at hindi
pagpansin sa tinig ng konsensya ay humahantong sa
baluktot, madulas, mapanganib, at miserableng mga landas,
habang ang pagsunod sa landas ng katuwiran ay
humahantong sa paglaya mula sa mga gapos at sa
pagtatamo ng kapangyarihang gawin ang tama, hindi ang
idinidikta ng mga maling likas na ugali at nakaliligaw na mga
.gawi

Ang mga naghahanap ng kaligayahan ay makikinabang
mula sa karanasan ng matatalinong tao na nakayanan ang
mga problema sa buhay at nakahanap ng mga solusyon sa
mga ito

Tunay nga, sinumang naaayon sa mga banal na layunin
ay lumalangoy sa dagat ng kasiyahan at katahimikan, at siya
.ay tunay na mapalad

* * *

Ang bawat pag-iisip na mayroon tayo ay lumilikha ng
isang partikular na pangininginig ng boses

Kapag iniisip mo ang Diyos nang buong pagkatao, isip,
at mga kamay at paa—at paulit-ulit na bumubulong ng "O
Panginoon" sa iyong sarili, lumilikha ka ng isang
makapangyarihang vibration na nagdadala ng banal na
.presensya sa iyong buhay

Kapag napagtanto natin na ang Diyos ang ating walang
hanggang minamahal at ang ating palagiang kaibigan, at
ang Kanyang pagmamahal sa atin ay higit kaysa sa
anumang ibang pag-ibig, saka natin mararamdaman ang
Kanyang pagiging malapit at mahahawakan ang Kanyang
presensya, at ang ating mga puso ay panatag at
makakaramdam tayo ng lubos na espirituwal na
.kapayapaan

Kapag nagmumuni-muni ka sa Diyos at nakakaramdam
ng tumitinding pintig ng kagalakan sa iyong puso at sa
buong katawan, at paminsan-minsan ay dumarating sa iyo
ang mga pagsabog ng kagalakang iyon, alamin mong
sinagot na ng Diyos ang mga inaasam ng iyong puso at ang
mga damdamin ng kaligayahang iyong nararanasan ay
.patunay ng pinagpalang tugon na iyon

Ang mga gawi ay awtomatikong sikolohikal na
kagamitan at mekanismo na nakakatulong sa madali at
walang kahirap-hirap na pagtupad sa mga kinakailangang
.gawain

Marami ang nagpapahintulot sa mga gawi ng kahinaan
at kabiguan na maging alipin sa kanila, at maaaring
protektahan ng isang tao ang kanyang sarili kung

mamumuhay siya nang iba, basta't seryoso siya sa paglaban
sa mga mapaminsalang gawi hanggang sa makarating siya
.sa kaligtasan at sa dalampasigan ng tagumpay

Ang mga walang pigil na pagnanasa ay naghihikayat sa
mga hindi malusog na gawi sa pamamagitan ng
pagpapakain at pagbibigay-katwiran sa mga ito ng mga
maling pag-asa at pangako ng ilusyon ng kaligayahan at
.panandaliang kasiyahan

Sa mga sandaling iyon ng kahinaan at kalituhan, ang
taong nagnanais na malampasan ang mga hindi makontrol
na gawi ay dapat gamitin ang kanilang mga kakayahan sa
pag-unawa upang maunawaan ang kanilang tunay na
.kalikasan at mabisang harapin ang mga ito

Ang masasamang gawi ay may kapaha-pahamak na
mga bunga at mapait at nakalalasong mga bunga

Ang mga mapanirang gawi na ito, kung hindi
mapipigilan, ay lalakas, na magpapanatili sa tao sa kanilang
.mahigpit na kapit at matinding impluwensya

Kapag nakumbinsi ang isipan sa kawalang-saysay at
pinsala ng mga gawi na iyon, nababawasan ang
impluwensya nito at kalaunan ay nawawala ang mga ito sa
.buhay ng tao

Ganoon tayo mag-isip, ganyan tayo

Ang mga pamilyar na tendensiya ng ating mga kaisipan
ang nagtatakda ng katangian ng ating mga talento,
kakayahan, at personalidad

Iniisip ng ilang tao na sila ay mga manunulat, artista,
masisipag na indibidwal, o tamad at mga tamad na tao, at
iba pa. Ngunit paano kung gusto mong maging ibang tao
?kaysa sa kung sino ka ngayon

Maaari mong ipagtalo na ang ilang mga tao ay
ipinanganak na may mga espesyal na talento na wala ka
ngunit hinihiling na taglay mo. Totoo iyan. Ngunit
pinaghirapan nilang paunlarin ang mga kakayahang iyon o
ang pagnanais na taglayin ang mga ito nang mas maaga.
Kung hindi sa buhay na ito, kung gayon sa isang buhay na
.nauna

Kaya naman, dapat mo nang simulan ngayon ang
pagbalangkas kung ano ang gusto mong maging

Maaari mong itanim at itatag ang anumang oryentasyon
sa iyong kamalayan ngayon din, basta't magbomba ka ng
isang malakas na ideya sa iyong isipan, at pagkatapos ay
susunod ang iyong mga kilos at ang iyong buong pagkatao
.ay tutugon sa ideyang iyon at kikilos nang naaayon

* * *

Ang espirituwal na kamalayan ay ipinanganak sa duyan
ng pag-ibig, na hindi masukat ang kapangyarihang mapanira
.ng poot

Anuman ang ating sabihin o gawin sa iba ay dapat na
may motibasyon ng pagmamahal

Hindi natin dapat saktan o husgahan ang iba, bagkus ay
mahalin sila at ibahagi sa kanila ang mga biyayang
.ipinagkakaloob sa atin ng Diyos

Ang mga bagay na pag-aari natin ay hindi talaga atin;
ang mga ito ay ibinigay sa atin upang gamitin
pansamantala, at kukunin sa atin kapag tayo ay lumisan na
.sa mundong ito

Dapat nating labanan ang pagiging mapang-api at
ibigay ang ating makakaya; kung gayon ay awtomatiko
tayong magdadala ng kabutihan at mga pagpapala sa ating
.sarili. Ang magbigay, ito ay ibinibigay

Maraming beses na wala akong kahit isang sentimo,
ngunit umaasa ako sa banal na bangko, at ang banal na
kasaganaan ay sumama sa akin at ang banal na
.kapangyarihan ay sumuporta sa akin

Ang aking lubos na pananampalataya sa Diyos at sa
Kanyang tulong ang siyang sukdulang garantiya ko sa
buhay, dahil hindi Niya ako kailanman binigo o binigo

Kapag taglay mo ang espirituwal na kamalayan, saan ka
man magpunta, at anuman ang iyong pangangailangan, ang

pangkalahatang batas ay gagana upang matupad ito para sa .iyo

Pagmamasid sa paglikha gamit ang mga matang nakakakita

Guro Paramhansa Yogananda

Pagsasalin: Mahmoud Abbas Masoud

Tunay ngang kamangha-mangha ang sansinukob na ito! Dito, inilalarawan at kinakatawan ng Diyos ang mga kamangha-manghang gawa ng Kanyang nilikha. Ang mga tao ay hindi dapat lumakad na parang mga patay sa mundong ito, bagkus ay pagnilayan, suriin ang kanilang nakikita, at pahalagahan ang ginawa ng Diyos at ng Kanyang kahalili, ang sangkatauhan, sa mundong ito. Kay tumpak ng kosmikong istruktura! Ang paraan ng paglikha sa atin at ang organisadong sistema kung saan gumagana ang makinarya ng paglikha, ayon sa isang kosmikong batas, ay ang mga halimbawa ng katumpakan at pagiging perpekto (ang gawain ng Diyos, na siyang nagpaperpekto sa lahat ng bagay).

Lahat tayo ay nakakakita ng mga bulaklak at nasisiyahan sa kanilang kagandahan at kaselanan, ngunit sino ang may kakayahang malaman ang sikreto ng pagkakaroon ng mga bulaklak? Dapat isipin at pagnilayan ng isang tao ang mga paraan at materyales na bumubuo sa lahat ng nakikita niya araw-araw, maging ito man ay isang libro, instrumentong pangmusika, bahay, o puno.

Halimbawa, ang mga kotse ay kadalasang binabalewala. Ngunit kung bibisitahin mo ang mga pabrika kung saan ang mga ito ay ina-assemble at ginagawa, mapagtatanto mo kung gaano kakumplikado at kasalimuot ang disenyo ng mga ito. Isaalang-alang din kung ano ang ginagamit sa paggawa ng mga pang-araw-araw na pahayagan at ang mga

makinang nag-iimprenta ng mga ito. Walang kamay ng tao ang makakagawa nang ganoon kabilis.

Kung ang mga bagay na ginawa ng tao ay ganito kakumplikado at magkakaugnay, paano naman ang walang katapusang kasalimuotan ng pagkabuo ng mga halaman, hayop, at tao!

Sampung taon ang kailangan para mag-aral ng agham medikal upang maunawaan ang komposisyon at mga pangangailangan ng katawan, na tila isang normal na bagay lamang.

Kapag ang isang halaman ay nasa maagang yugto ng paglaki nito sa tubig sa loob ng isang lalagyang salamin, ang mga ugat nito ay kahawig ng mga pinong buhok. Gayunpaman, kapag itinanim, ang enerhiyang puspos ng banal na katalinuhan at nasa mga ugat ay nagbibigay-daan sa halaman na sumipsip ng mga sustansya na kinakailangan para sa paglaki nito mula sa lupa at tubig.

Hindi ba't tunay na kamangha-mangha na ang dagta na nagpapalusog sa mga dahon ng isang halaman ay umaagos pataas laban sa grabidad? Sa pamamagitan ng pagbabalat ng balat mula sa tangkay ng halaman o puno, makikita ng isa ang masalimuot na paggana ng mga tubo na kumokontrol sa daloy ng dagta na iyon. Ang puwersang nagtutulak sa likod ng prosesong ito ng pagpapalusog at paglaki ay isang misteryo na tinatawag na buhay mismo.

Kapag ako ay nasa banal na kamalayan, nakikilala ko ang buhay kahit sa mga hibla ng damo. Hindi ko kailanman pinangarap na masdan ko ang mga nakatagong kababalaghan ng paglikha. Ang pagninilay-nilay sa mga kababalaghang ito ay ang pagtayo nang may pagkamangha at paggalang sa harap ng kamahalan at kaluwalhatian ng Diyos.

(At ako'y lumakad na parang isang taong mapagpakumbaba at masunurin)

(Ang Diyos ay hindi mapagmataas o arogante)

Taglay ang katangi-tanging katumpakan, itinakda ng banal na kalooban ang anyo ng bawat nabubuhay na nilalang, kasama ang lahat ng kinakailangang pangangailangan para sa ikabubuhay, pagpapanatili, at pangangalaga nito sa mabuting kondisyon at may kakayahang gampanan ang mga tungkulin nito. Kung may anumang kakulangan na mangyayari sa mga kinakailangang nutrisyon na ito, halimbawa, ang mga halaman, hayop, at tao ay magdurusa bilang resulta.

Nakukuha ng karaniwang tao ang lahat ng iba't ibang elementong kemikal na kailangan ng katawan mula sa kanilang pagkain. Gayunpaman, maraming tao ang hindi sumusunod sa mga alituntunin sa nutrisyon, kumakain ng mga diyeta na kulang sa lahat ng kinakailangang elemento o sa mahalagang balanseng nutrisyon para sa mabuting kalusugan. Ang kakulangan sa nutrisyon ay isang pangunahing sanhi ng maraming sakit ng tao. Ang mga kakulangan sa nutrisyon ay halos agad na kapansin-pansing epekto sa isang halaman na ang diyeta ay nawalan ng ilang mahahalagang sangkap na kemikal.

Mayroong mahalagang palitan sa pagitan ng mga tao at lahat ng nabubuhay na bagay. Kilalang-kilala ang palitan sa pagitan ng mga tao at hayop. Huminga ang mga tao ng oxygen at naglalabas ng carbon dioxide, habang ang mga puno ay sumisipsip at nag-iimbak ng carbon dioxide at tubig, na pinaghiwa-hiwalay ng photosynthesis upang bumuo ng mga carbohydrates (mga compound ng carbon, oxygen, at hydrogen, tulad ng mga starch at asukal).

Sa prosesong ito, naglalabas ang mga puno ng oxygen na mahalaga para sa mga tao. Humihinto ang potosintesis sa gabi dahil umaasa ito sa sikat ng araw. Gayunpaman, sa pamamagitan ng isa pang proseso na tinatawag na respirasyon, patuloy na naglalabas ang mga puno ng carbon dioxide sa atmospera, lalo na sa gabi kapag walang kontra-pekto mula sa potosintesis, na sumisipsip ng carbon at naglalabas ng oxygen.

Sa gabi, ang hangin ay karaniwang kalmado, at ang mabigat na carbon dioxide ay namumuo malapit sa lupa. Ito ang isang bahagi ng dahilan kung bakit nabuo ang ugali ng pagtulog sa mga kama, ibig sabihin, sa ibabaw ng antas ng lupa.

Ipinahayag sa atin ng agham ang marami sa mga masalimuot na mekanismo ng sansinukob na ito—ang mga elementong pinagmulan ng ating lahat. Ngunit marami pa ring kaalaman ang hindi pa natutuklasan. Kung lilinangin natin ang mga nakatagong kapangyarihan ng ating mga pandama, magkakaroon tayo ng mas malalim at mas mayamang pag-unawa. May mga bagay na dapat nating makita gamit ang ating mga mata, ngunit hindi natin nakikita. Mga bagay na dapat nating marinig gamit ang ating mga tainga, ngunit hindi natin nakikita dahil ang ating mga pandama ay sanay at umaasa sa mga karanasan ng siksik at limitadong pisikal na mundo.

Ang paglaya mula sa pagkakabit na iyan ay hindi isang pagtanggì sa mga kasiyahang pandama, kundi isang pagpapalawak ng saklaw ng ating mga kakayahang pandama—na ibinigay sa atin ng Diyos—sa kanilang lubos na espirituwal na potensyal.

Sa pisikal na antas, natuklasan ng sangkatauhan ang iba't ibang paraan upang mapahusay ang mga kakayahang biswal nito. Limitado lamang ang impresyon ng kulay na

natatanggap ng hubad na mata; gayunpaman, ang ilang mapusyaw na kayumangging bato ay nagpapakita ng kumikinang na mga kulay sa ilalim ng ultraviolet light. Kapag naharangan ang liwanag na ito, ang mga bato ay bumabalik sa kanilang orihinal na madilim na kulay. Maraming kulay sa pisikal na mundo, tulad ng asul ng kalangitan, ay mga optical illusion na nilikha ng repleksyon ng liwanag mula sa iba't ibang uri ng mga particle ng materya. Dahil limitado lamang ang saklaw ng mga vibration na bumubuo sa lahat ng bagay sa sansinukob, hindi nakikita ng mga tao ang banayad at ethereal na spectra na nakatago sa lahat ng nakapaligid sa kanila. Kung makikita natin ang mga ito, mamamangha tayo sa kanilang karikitan at kagandahan. Kahit na ang pinakamatingkad na kulay sa lupa ay lumilitaw na mapurol at walang kulay kumpara sa mga kahanga-hangang kulay ng planetary o ethereal na kaharian.

Kaya naman, hindi kayang madama ng mata o ng tainga ang lahat ng maaaring madama. Walang kakayahang malanghap ng mga tao ang mala-langit at mababangong amoy o masaksihan ang hindi mabilang na banayad na mga hugis, imahe, at pinong mga impresyon na dumadaloy sa kalawakan ng eter.

Kadalasan, hindi kayang madama ng mga tao kahit ang mga bagay sa pamamagitan ng kanilang sariling mga pandama. Pinahahalagahan ng mga taong may paningin ang kagandahan sa lahat ng dako. Ang iba naman ay kumikilos na parang wala silang mga mata; hindi sila nakakakita o nakakaintindi—"bingi, bulag, at pipi, kaya hindi sila nakakaintindi"—dahil wala silang kakayahang madama ang anuman, kahit sa magagandang lugar.

Nang bumisita ako sa Mexico at nakita ang "mga lumulutang na hardin" ng Lawa ng Zuquemilco, napuno ng kanilang kagandahan ang aking puso, at naramdaman ko

ang karikatan at kadakilaan ng banal na artista. May isa pang tao na tila nahuhumaling sa mga likas na kababalaghan, ngunit may isang panloob na damdamin na nagmumungkahi sa akin na hindi niya nakikita ang nakikita ko. Tinanong ko siya tungkol sa kanyang impresyon sa mga kaaya-ayang tanawing iyon, at sumagot siya, "Iniisip ko ang isang mahusay na paraan upang maubos ang tubig upang makapagsaka ng mas maraming lupain."

Bilang isang inhinyero, tiningnan niya ang lawa mula sa sarili niyang pananaw. Kaya, lahat tayo ay nakakakita ng mga bagay ayon sa ating sariling mga ideya at pagkiling.

Ang bawat kaluluwa ay nababalot ng iba't ibang mga vibration ng mga sensasyon, kaisipan, at damdamin—lahat ng mga salik na nakakatulong sa paghubog ng karakter o kamalayan ng isang tao. Ang bawat indibidwal ay may natatanging komposisyon, isang iba't ibang vibration. Lahat ng nagawa ng isang tao mula pagkabata ay nananatiling nakaimbak sa utak bilang mga naka-compress na kapsula ng mga tendensiya at hilig. Dahil hindi natin nakikita ang mga hindi nakikitang kapsulang ito, namamangha tayo sa mga kilos ng mga tao, bawat isa ay ayon sa kanilang sariling mga kapritso. Ang ilan ay madaling maimpluwensyahan ng kagalakan nang walang dahilan, o nagiging galit at sumpungin sa mga paraang hindi maipaliwanag, kahit na sa kanilang sarili. Ang iba ay patuloy na abala sa pagpuna, lumilikha ng alitan, nagkakalat ng mga tsismis, at naglalantad sa iba, habang ang kanilang sariling panloob na sarili ay lubhang nangangailangan ng paglilinis at pagdadalisay. Ang mga sikolohikal na tendensiyang ito ay naglilibing sa kaluluwa at pumipigil sa isang tao na ibunyag ang kanilang mas mataas na potensyal. Kay kumplikado at naglilimita sa sarili na mga tao! Ang bawat tao, sa kanilang sarili, ay isang kuwento na may maraming kabanata, na may

magkakaugnay na mga kaganapan at magkakaibang mga eksena.

Bukod sa pagkain, pagtulog, at pagtatrabaho, inaasahang makakakuha ang mga tao ng makabuluhang bagay mula sa buhay. Pinagninilayan ng mga palaisip ang kanilang kapaligiran at kadalasang namamangha sa kanilang nakikita. Masusing pinagmamasdan nila at tinatanong kung bakit nangyayari o hindi nangyayari ang mga bagay-bagay sa isang partikular na paraan. Halimbawa, nagkakaroon tayo ng isang set ng ngipin, pagkatapos ay isang pangalawang set, kaya bakit hindi rin tayo magkaroon ng pangatlong set? Bakit ganito gumagana ang sistema?

Madaling tinatanggap ng mga tao ang maraming ilusyon ng mga likas na limitasyon nang walang seryosong pagtatanong, kaya hinahayaan nilang kontrolin ng mga paniwala na iyon ang kanilang buhay at kapalaran. Hindi madaling tinatanggap ng mga palaisip ang status quo; sa halip, sinisikap nilang baguhin ito, at ito mismo ang dahilan kung bakit posible ang pag-unlad.

Nagagalak ako kapag nakakakita ako ng mga bihirang nagawa at imbensyon ng tao na nagsisilbi sa sangkatauhan sa iba't ibang paraan. Gaano karaming kababalaghan ang lumitaw mula sa isip ng tao! Ngunit ang isip mismo ay nananatiling mas kumplikado kaysa sa lahat ng nagawa nito.

May isang kuwento tungkol sa isang hari na nagpakita ng malaking pabor at pagmamahal sa kanyang punong ministro, na pumukaw ng inggit at selos sa puso ng ibang mga nasa korte na nakapansin sa halatang pagkiling ng monarko. Nang mapagtanto ito ng hari, nais niyang ipaliwanag sa kanila kung bakit ang ministro ang kanyang paborito.

Isang araw, nakarinig ang hari at ang kanyang mga kasama ng musika mula sa malayo, kaya't humarap siya sa isa sa kanyang mga katiwala at sinabi: "Alamin mo sa amin ang balita."

Maya-maya pa ay bumalik ang lalaki at sinabing isa itong prusisyon ng kasal. Nagtanong ang hari, "Kaninong kasal?" ngunit walang maisagot ang chamberlain.

Pagkatapos ay nagpadala siya ng isa pang chamberlain na bumalik dala ang sagot sa huling tanong ng hari, ngunit wala siyang masagot sa iba pa. Ganito rin ang nangyari sa ilang kalalakihan.

Sa wakas, ipinatawag ng hari ang kanyang punong ministro at inutusan itong pumunta at imbestigahan ang bagay na ito. Agad na umalis ang ministro, at pagbalik niya, binomba siya ng hari ng sunod-sunod na mga tanong, na pawang nasagot ng matalino at mapagkakatiwalaang ministro nang may kasiya-siyang detalye.

Maraming taong mabagal ang pag-iisip at walang isip ang kahawig ng mga mangmang na bantay-pinto. Hindi naman sila tanga, ngunit sila ay sobrang tamad sa intelektwal na aspeto kaya't hindi sila gumagawa ng anumang pagsisikap maliban sa lubos na pangangailangan. Mapapatawad ko ang pisikal na katamaran, dahil maaaring may makatwirang pisyolohikal na dahilan, ngunit walang dahilan para sa katamaran sa intelektwal! Ang mga walang trabaho sa pag-iisip ay ayaw mag-isip dahil kahit ang pag-iisip ay tila isang mahirap na gawain para sa kanila.

Ang pag-iisip ay isang kamangha-mangha at kahanga-hangang bagay. Walang sinuman ang makakapag-uri ng mga tendensiya at persepsyon ng isip. Ang mga kakayahan nito ay walang hanggan. Samakatuwid, kung titingnan mong mabuti at pag-iisipang mabuti ang anumang paksa, makikita

mo ang sagot sa anumang tanong na may kaugnayan sa paksang iyon.

Ang iyong mga damdamin ay dapat na naaayon sa iyong mga iniisip. Kung hindi mo iayon ang iyong mga damdamin sa iyong mga iniisip, ang iyong mga konklusyon ay hindi palaging tama. Ang pakiramdam ay isang uri ng pananaw, ang imbakan ng lahat ng kaalaman. Ang pakiramdam ay dapat magbalanse sa isip, dahil doon lamang lilitaw ang sagradong imahe ng Diyos sa loob mo sa buong diwa nito. Kaya, itinuturo ng yoga sa isa kung paano balansehin ang mga kapangyarihan ng isip at damdamin. Ang mga hindi nagtataglay ng pareho sa pantay na sukat ay mga wala pa sa hustong gulang.

Habang ang naghahanap ay lalong umuunlad sa espirituwal at lumalapit sa Diyos, mas ipinapahayag sa kanya ng Diyos ang mga kababalaghan ng pag-iral. Sa likod ng bawat pisikal na bagay ay mayroong isang mala-langit na disenyo ng makulay na liwanag. Sa mala-langit o planetaryong kaharian, lahat ay masigla sa buhay. Walang tinatawag na kawalan ng buhay doon.

Ang nakatagong kosmikong pabrika ay lampas sa imahinasyon. Ang buong sansinukob ay iisang ideya lamang sa isipan ng Diyos! Maging ang mga galaksiya ay gumagana at pinamamahalaan ng mga batas matematika na lampas sa pang-unawa ng tao. Ang lahat ay gumagana ayon sa isang sistema ng lubos na katumpakan at pagiging perpekto. Kay makapangyarihang pag-iisip nga ng kosmikong pag-iisip na iyan! Ang walang hanggang absolute ay gumagana sa lahat ng bagay, at lahat ng magkakaibang vortex ng paggalaw na tinatawag nating buhay ay napapailalim sa kosmikong pag-iisip na iyan.

Bawat isandaang taon, bilyun-bilyong tao ang umaalis sa mundong ito, at mas marami pa ang ipinapanganak.

Mayroong suplay at demand, kasama ang lahat ng kanilang likas na kasalimuotan. Gayunpaman, ang Diyos ay naglaan ng saganang pagkain upang matugunan ang mga pangangailangan ng sangkatauhan. Ang sangkatauhan lamang ang may pananagutan sa kahirapan at paghihirap sa mundo. Dumating na ang panahon para mabuhay tayo sa isang panahon ng kasaganaan at kasaganaan, kung saan ang lahat ay nagtatamasa ng kalusugan at nabubuhay sa kaligayahan at kapayapaan. Posible ito kung hindi dahil sa pagkamakasarili ng tao at sa manipulasyon ng kapalaran ng mga bansa ng isang maliit at makasariling minorya.

Karamihan sa mga tao ay nananatiling mahimbing na natutulog sa buong buhay na ito na parang panaginip. Tanging ang may kaalaman lamang ang gising. Wala siyang pakialam sa mga bagay na gumugulo sa isipan ng ordinaryong tao, na ang tanging inaalala ay ang paghahangad ng kayamanan at mga makamundong kasiyahan, at ang pag-aaksaya ng oras sa mga mababaw na gawain at interes.

Pinagpapawisan ang mga tao sa paghabol sa mga panandaliang tukso sa mundong ito, kahit na ang tunay at di-malarawang kaligayahan ay nasa kanila. Tiyak na matatagpuan nila ito kung masigasig nilang hahanapin at tunay na hahangarin na matuklasan ito.

Ang isip ay dapat gamitin nang matalino at tama upang matuklasan ang banal na laboratoryo na nakatago sa kabila ng mundong ito. Minsan, sa pamamagitan ng biyaya ng Diyos, nasaksihan ko ang walang katapusang kababalaghan ng paglikha sa loob ng isang buong araw, at sinabi ko sa Diyos: "O Panginoon, noong ako'y bulag, wala akong mahanap na kahit isang pinto na patungo sa Iyo. Ngunit dahil binuksan Mo ang aking paningin at ang aking pang-unawa, nakikita ko na ngayon ang mga pintong bukas sa

lahat ng dako... sa puso ng mga bulaklak, sa mga tinig ng mga tapat na kaibigan, at sa mga alaala ng mga itinatangi at marangal na karanasan. Sa katunayan, ang bawat bulong ng aking mga pagsusumamo ay nagbubukas ng isang bagong daanan patungo sa malawak na templo ng Iyong banal na presensya."

Ang naghahanap ay dapat maging malakas at matatag, hindi natitinag at determinado sa kanilang determinasyon na hanapin ang Kabanal-banalang Nilalang na nakatago sa likod ng tabing ng paglikha. Dapat ihiwalay ang sarili mula sa walang katapusang mga hinihingi ng mundo at hindi sumuko sa pagtulog sa gabi bago makipag-usap sa Diyos nang puso at kaluluwa. Ang mga hinihingi ng buhay ay hindi mauubos, kaya dapat tayong maglaan ng oras bawat araw upang makasama ang ating sarili at ang Diyos, malayo sa ingay at ingay ng mundo at sa ingay ng buhay. Kung gayon, titingnan natin ang buhay sa pamamagitan ng isang bagong lente dahil magkakaroon tayo ng isang bagong pananaw dito.

Kung paanong nagawa ng mga siyentipiko ang kanilang mga natuklasan sa pamamagitan ng pagsunod sa mga batas ng kalikasan at mga partikular na prinsipyong siyentipiko, gayundin naman mahahanap ng taimtim na naghahanap ang Diyos sa pamamagitan ng pagsunod sa mga batas espirituwal at paggawa ng kaalaman sa Diyos bilang kanilang pangunahing layunin sa buhay. Para sa mismong layuning ito, naparito ang sangkatauhan sa mundong ito, kahit na ito ay naging isang marginalized na layunin para sa karamihan ng mga tao. Ngunit nilililang ng sangkatauhan ang sarili nito sa pamamagitan ng paglimot sa layunin ng buhay at pagiging abala sa mga mababaw na bagay at mga walang kabuluhang bagay.

At tandaan, kaibigan, gaano man kahirap ang iyong kalagayan sa mundong ito, kapag bumaling ka sa Diyos,

makikita mo Siyang gumagawa kasama mo at mararamdaman ang Kanyang presensya sa kabila ng lahat ng pagsubok na iyong kinakaharap. Makikita mo rin Siyang nahahayag sa lahat ng bagay sa paligid mo at mapupuno ka ng Kanyang pagmamahal at kagalakan.

Hindi ang kalusugan, ni ang kasaganaan, ni ang mga materyal na tagumpay, ni ang mga ari-arian ang magtatagal magpakailanman. Kaya bakit mo iisipin lamang ang mga bagay na nakatakdang mawala at maglaho?

Hinihiling ko sa Diyos na Makapangyarihan na iligtas tayo mula sa kadiliman patungo sa liwanag

Mula sa poot tungo sa pagmamahal

Mula sa mga paghihigpit hanggang sa kalayaan

Mula sa kamangmangan patungo sa karunungan

Mula sa sakit at kamatayan tungo sa buhay na walang hanggan at walang hanggang kapahingahan

At nawa'y hawakan Niya tayo sa kamay at gabayan tayo tungo sa Kanyang kaalaman

At pinapanatili Niya tayong gising sa Kanyang kamalayan

At upang buksan ang lahat ng mga pinto na patungo sa langit ng Kanyang karunungan

Mamuhay tayo nang may pananalig, kaligayahan, kapayapaan ng isip, at kasiyahan

Araw-araw ng ating buhay

Sumainyo ang kapayapaan

Naghahanap ng kahulugan ng buhay

Dahil tayo ay ipinanganak sa mundong ito kung saan hindi natin alam kung saan nagmula, natural lamang sa atin na magtaka tungkol sa pinagmulan at layunin ng buhay. Naririnig natin ang tungkol sa isang lumikha ng mundong ito at nababasa natin ang tungkol sa kanya, ngunit hindi natin alam kung paano natin siya makakausap. Ang alam lang natin ay ipinapahayag ng buong sansinukob ang pagkakaroon ng kanyang banal na pag-iisip. Tulad ng maliliit at tiyak na mga bahagi at aparato ng isang maliit na relo na nagpapahanga sa atin sa gumagawa ng relo, at tulad ng malalaki at masalimuot na mga makina ng isang pabrika na humahanga at pumupukaw sa ating paghanga sa kanilang imbentor, gayundin kapag nakikita natin ang mga kababalaghan ng kalikasan, namamangha tayo sa katalinuhang nakatago sa likod ng mga ito, at tinatanong natin: "Sino ang nagbigay sa bulaklak ng matingkad na anyo nito at ang mukha nito ay nakaharap sa araw? Saan nagmula ang halimuyak at kagandahan nito? At paano nabuo ang mga talulot nito nang may walang katapusang katumpakan at tinina ng mga kahanga-hanga at masayang kulay?"

Sa gabi, ang mga bituin at buwan, na nagkakalat ng kanilang mala-pilak na liwanag sa ating paligid, ay nagbibigay-inspirasyon sa atin na pagnilayan ang kamalayang gumagabay sa mga bagay na ito sa kalangitan sa kalawakan ng kalawakan. Ang malambot na liwanag ng kabilugan ng buwan ay hindi sapat para sa pang-araw-araw na gawain, kaya ang isang matalino at mahinahong isip ay nagmumungkahi ng pahinga sa gabi. Pagkatapos ay sumisikat ang araw, at ang maliwanag na liwanag nito ay nagbibigay-daan sa atin na makita ang mundo sa ating paligid nang may kalinawan at katahimikan, na nagbibigay-daan sa atin na gawin ang mga gawaing inihaharap sa atin.

May dalawang paraan upang matugunan ang ating mga pangangailangan: ang pisikal at ang espirituwal. Halimbawa, kapag lumala ang ating kalusugan, maaari tayong pumunta sa doktor para sa paggamot. Ngunit darating ang panahon na walang doktor o sinuman ang makakatulong, at tayo ay bumabaling sa pangalawang paraan: sa espirituwal na kapangyarihang lumikha ng ating katawan, isip, at kaluluwa. Ang pisikal na kapangyarihan ay limitado, at kapag ito ay nabigo, tayo ay bumabaling sa walang limitasyong banal na kapangyarihan. Nalalapat din ito sa ating mga pangangailangang pinansyal. Kapag ginawa natin ang ating makakaya at hindi pa rin sapat, tayo ay bumabaling sa kapangyarihang iyon.

Iniisip ng lahat na ang kanilang mga problema ang pinakamalala. Ang ilan ay nakakaramdam ng mas matinding pressure kaysa sa iba dahil mahina ang kanilang resistensya. At dahil sa pagkakaiba-iba ng lakas ng pag-iisip ng mga tao, iba-iba ang dami ng enerhiyang ginagamit nila. Kung ang isang tao ay nahaharap sa isang napakahirap na problema at mahina ang kanilang isip, hindi nila ito malalampasan. Ang mga may malalakas na pag-iisip ay kayang malampasan ang kanilang mga paghihirap sa pamamagitan ng pagsira sa mga hadlang at pag-uga ng mga pundasyon ng kanilang mga balakid. Gayunpaman, kahit ang pinakamalakas na tao ay minsan ding nahaharap sa kabiguan. Kapag tayo ay nahaharap sa marami at napakalaki na materyal, intelektwal, at espirituwal na mga problema at paghihirap, napagtatanto natin kung gaano limitado ang kapangyarihan ng buhay sa materyal na mundong ito.

Ang ating mga pagsisikap ay hindi lamang dapat nakatuon sa pagkamit ng mabuting kalusugan at seguridad sa pananalapi, kundi pati na rin sa paghahanap ng kahulugan ng buhay. Ano ang layunin ng buhay? Kapag nadaig tayo ng mga kahirapan, una tayong bumabaling sa

ating kapaligiran, sinusubukan ang bawat materyal na pagsasaayos na sa tingin natin ay magbibigay ng ginhawa. Ngunit kapag narating natin ang isang hindi pagkakasundo at sinabing, "Nabigo ang lahat ng aking mga pagtatangka; ano pa ang magagawa ko?" sinisimulan nating seryosong isaalang-alang ang paghahanap ng isang epektibong solusyon sa ating problema. At kapag ang ating pag-iisip ay naging sapat na malalim, matatagpuan natin ang sagot sa loob ng ating sarili. Ito, sa kanyang sarili, ay isang anyo ng nasagot na panalangin.

Panalangin: Isang espirituwal na pangangailangan

Ang panalangin ay isang espirituwal na pangangailangan. Hindi tayo nilikha ng Diyos bilang mga pulubi, sapagkat nilikha Niya tayo ayon sa Kanyang wangis. Ito ang ipinahayag ng Banal na Kasulatan. Ang isang pulubi na pumupunta sa bahay ng isang mayaman at humihingi ng limos ay tumatanggap ng bahagi ng isang pulubi. Ngunit ang isang anak ay maaaring makakuha ng kahit ano mula sa kanyang mayamang ama. Kaya, hindi tayo dapat kumilos na parang mga pulubi.

May mga taong tila nasa kanila na ang lahat ng bagay at ipinanganak sa karangyaan at kaginhawahan, habang ang iba naman ay tila umaakit ng problema at kabiguan. Nasaan ang wangis ng Diyos sa kanila? Ang kapangyarihan ng banal na espiritu ay nananahan sa bawat isa sa atin. Ngunit paano natin malilinig ang kapangyarihang iyon? Marahil ay nawalan ka na ng pag-asa noon dahil tila hindi nasagot ang iyong mga panalangin, ngunit huwag mawalan ng pag-asa at pananampalataya. Upang malaman kung epektibo ang iyong mga panalangin o hindi, dapat kang magkaroon ng pangunahing paniniwala sa kapangyarihan ng panalangin sa kaibuturan ng iyong sarili.

Marahil ang mga panalangin ng ilang tao ay hindi nasasagot dahil pinili nilang magmakaawa. Gayundin, dapat malaman ng isang tao kung ano ang hihingin sa Diyos. Maaari kang manalangin nang buong puso at buong lakas upang angkinin ang mundo at lahat ng narito, ngunit ang iyong mga panalangin ay hindi tatanggapin dahil lahat ng panalangin na may kaugnayan sa materyal na buhay ay likas na limitado, at sa katunayan, dapat itong limitado. Ngunit may tamang paraan ng pagdarasal. Sinasabing ang pusa ay may siyam na buhay. Ngunit ang mga kahirapan ay may siyamnapu't siyam na buhay! Dapat kang makahanap ng epektibong paraan upang maalís ang "pusa ng mga kahirapan". Ang sikreto ng epektibong panalangin ay nakasalalay sa pagbabago ng posisyon ng isang tao mula sa isang pulubi patungo sa isang taong may karapatan. Kapag humingi ka sa Diyos ng isang bagay na may espirituwal na katangian, ang iyong panalangin ay magkakaroon ng parehong kapangyarihan at karunungan.

Ang mga binhi ng tagumpay ay nasa lakas ng loob

Karamihan sa mga tao ay nagiging labis na kinakabahan at nababalisa kapag sinusubukang makamit ang isang bagay na napakahalaga sa kanila. Ang pagkilos nang may pag-aalala at kaba ay hindi umaakit ng banal na kapangyarihan, ngunit ang mahinahon at patuloy na paggamit ng lakas ng loob ay niyayanig ang mga puwersa ng sansinukob at nagdudulot ng tugon mula sa walang hanggang Ganap. Ang mga binhi ng tagumpay para sa lahat ng iyong balak makamit ay nasa loob ng iyong kalooban. Ang isang kalooban na nasira at dinudurog ng mga kahirapan ay pansamantalang nagiging paralisado. Ngunit ang isang taong matatag at determinado na nagsasabing, "Ang aking katawan ay maaaring mapunit, ngunit ang ulo ng aking kalooban ay mananatiling mataas at pinapatnubayan ng

determinasyon," ay nagpapakita ng pinakamataas na antas ng lakas ng loob.

Ang lakas ng loob at ang wastong direksyon nito ang siyang nagpapaangat at nagtataas ng katayuan ng isang tao. Kapag tinalikuran ng isang tao ang paggamit ng lakas ng loob, sila ay nagiging isang ordinaryong tao, hindi epektibo sa takbo ng mga pangyayari. Marami ang nagsasabi na hindi natin dapat gamitin ang ating lakas ng loob upang baguhin ang mga pangyayari, dahil sa takot na hadlangan ang plano ng Diyos. Ngunit bakit tayo binigyan ng Diyos ng lakas ng loob kung ayaw Niya tayong gamitin ito? Minsan ay nakilala ko ang isang matigas na lalaki na nagsabing hindi siya naniniwala sa paggamit ng lakas ng loob dahil pinapakain nito ang pagpapahalaga sa sarili. Sumagot ako, "Ginagamit mo ang iyong lakas ng loob ngayon, at nang mariin, upang labanan ako. Ginagamit mo ito upang magsalita, tumayo, maglakad, kumain, manood ng sine, at maging matulog. Gusto mo ang lahat ng iyong ginagawa. Kung walang lakas ng loob, ikaw ay nagiging isang robot." Tungkulin ng isang tao na iayon ang kanilang kalooban, na pinamamahalaan ng mga pagnanasa, sa kalooban ng Diyos. Samakatuwid, kapag ang tamang panalangin ay palaging iniaalay, ito ay nagiging isang lakas ng loob mismo.

Dapat kang maniwala sa posibilidad na makamit ang iyong ipinagdarasal. Kung nagdarasal ka na magkaroon ng bahay, at kasabay nito ay sinasabi ng iyong isip, "Paano mo kayang bumili ng bahay, hangal ka?", pinapahina mo ang iyong kalooban sa ganitong pag-iisip. Kapag inalis mo ang pariralang "Hindi ko kaya" sa iyong isip, nakakakuha ka ng mas mataas na kapangyarihan. Siyempre, ang mga bahay ay hindi nahuhulog mula sa langit, at upang makakuha ng bahay, dapat mong gamitin ang lakas ng loob at gumawa ng mga nakabubuo na aksyon upang makamit ang iyong

layunin. Kapag nagtiyaga ka at tumatangging aminin ang pagkabigo, maipapakita mo ang iyong minimithi. At kapag palagi mong ginagamit ang lakas ng loob na iyon sa pamamagitan ng iyong mga iniisip at kilos, matutupad ang iyong mga hangarin, at lahat ng iyong inaasam at hinahangad ay darating sa iyo. Kapag patuloy kang nagsusumikap nang may determinasyon at pagtitiyaga, ang ninanais na resulta ay lilitaw sa anumang paraan, kahit na ang iyong ninanais ay hindi talaga umiiral sa mundong ito. Sa ganitong lakas ng loob nakasalalay ang banal na sagot, dahil ang mabuting kalooban ay nagmumula sa Diyos. Ang matiyagang kalooban ay isang banal na kalooban.

Alisin mo ang mga buto ng "Hindi ko kaya" sa utak mo

Ang mahinang kalooban ay mahinang kalooban ng tao. Kapag ang mga pagsubok at pagkabigo ay tumusok at pumupunit dito, nawawalan ito ng koneksyon sa walang hanggang Tagalikha. Ngunit sa likod ng kalooban ng tao ay nakasalalay ang banal na kalooban, na hindi nakakaalam ng panghihina ng loob o pagkatalo. Kahit ang kamatayan, sa lahat ng kapangyarihan nito, ay hindi makakasira o makakahadlang sa banal na kalooban. Tiyak na sasagutin ng Diyos ang panalanging iyon na hinihimok ng isang kalooban ng matibay na determinasyon at tiyaga.

Karamihan sa mga tao ay tamad at matamlay, pisikal man, mental, o pareho. Nais nilang magnilay-nilay ngunit ang iniisip lamang ay ang pagtulog. Sa sandaling maabutan sila ng antok, sila ay mahimbing na nakatulog, at doon na natapos ang kanilang panalangin! Sa ganitong kalagayan, ang lakas ng loob ay ibinabaon. Ang utak ng karaniwang tao ay puno ng mga buto ng "Hindi ko kaya". Ipinanganak sa isang pamilyang may ilang mga katangian at gawi, naiimpluwensyahan sila ng mga ito, nakukumbinsi na hindi nila kaya ito o na ang mga mapaminsalang butong ito ay

dapat sunugin at ang kanilang impluwensya ay maalis sa kamalayan. May kapangyarihan kang makamit ang anumang naisin mo. Ang kapangyarihang iyon ay nasa pinakasentro ng iyong kalooban.

Ang mga nagnanais na magkaroon ng determinasyon ay nangangailangan ng mabuting kasama. Kung hangad mong maging isang mahusay na matematiko at ayaw ng iyong mga kaklase sa matematika, walang alinlangang mawawala ang iyong sigasig. Ngunit kapag nakihalubilo ka sa mga mahuhusay na matematiko, lalakas ang iyong determinasyon, at masasabi mong, "Kung ang iba ay kayang magtagumpay, ako rin ay kayang magtagumpay."

Huwag magmadali sa malalaking bagay para lang mapatatag ang iyong determinasyon. Para magtagumpay, kailangan mo munang subukan ang iyong determinasyon gamit ang maliliit na bagay na akala mo ay hindi mo kaya. Kung magsisikap ka, kasunod nito ang tagumpay.

Naaalala ko pa rin ang lahat ng mga layuning sinabi sa akin ng aking mga kaibigan at ng iba na hindi ko kailanman makakamit, ngunit nagawa ko. Ang mga taong ito na may mabuting intensyon ay maaaring magdulot ng malaking pinsala gamit ang kanilang mga opinyon. Nawa'y protektahan tayo ng Diyos mula sa kanila at sa kanilang mga payo. Ang pakikisama ang may pinakamalaking impluwensya sa lakas ng loob. Ang pagpunta sa mga sayawan na may kasamang alak at malakas na musika, sa halip na magnilay-nilay sa santuwaryo ng katahimikan, ay nagpaparumi sa isip ng makapal na alikabok ng makamundong mga vibrasyon, na nagpapahirap sa pag-alis. Ang lakas ng loob ng isang tao ay hindi maiiwasang lumalakas o humihina dahil sa impluwensya ng kanyang mga kasama. Ang pagbuo ng lakas ng loob sa pamamagitan lamang ng sariling pagsisikap ay lubhang mahirap.

Kailangan mo ng isang mabuting halimbawa na tularan. Kung gusto mong maging isang pintor, mamuhay na napapaligiran ng magagandang pinta at makihalubilo sa mga pintor. Kung gusto mong maging isang taong espirituwal, makipagkaibigan sa mga taong espirituwal na may marangal na pagkatao.

May malaking pagkakaiba sa pagitan ng paniniwala at karanasan. Ang paniniwala ay nagmumula sa mga bagay na iyong narinig o nabasa at tinanggap bilang mga pangunahing katotohanan. Sa kabilang banda, ang karanasan ay ang iyong personal na nasaksihan at tunay na naunawaan. Ang katiyakan ng mga nakaranas ng Diyos ay hindi natitinag. Kung hindi ka pa nakatikim ng dalandan, maaari kang malinlang tungkol sa mga katangian nito. Ngunit kung nakain ka na ng dalandan dati, hindi ka maaaring malinlang, dahil natikman mo na ang prutas at alam na alam mo na ito.

Hanapin ang kasama ng mga taong nagpapalakas ng iyong pananampalataya

Ang mga kaisipan tungkol sa Diyos, tagumpay, paggaling, at iba pa, lahat ay nananatili sa iyong isipan na parang mga sikolohikal na kapsula. Subukan ang mga ito. Upang masubukan ang iyong mga iniisip, dapat mong gamitin ang iyong lakas ng loob upang maipakita ang mga ito. Upang malinang ang kinakailangang lakas ng loob, dapat kang makisama sa mga taong may malakas na kalooban. Kung nais mo ng paggaling sa pamamagitan ng kalooban ng Diyos, hanapin ang kasama ng mga taong nagpapalakas ng iyong pananampalataya at nagbibigay-lakas sa iyong kalooban.

Nilakbay ko ang buong India upang maghanap ng tunay na nakakakilala sa Diyos, ngunit bihira sila. Bawat gurong nakilala ko ay nagbabahagi ng kanilang mga personal na

paniniwala. Ngunit sa mga bagay na espirituwal, determinado akong hindi makuntento sa mga salita lamang tungkol sa Diyos. Gusto ko Siyang maranasan at tunay na madama ang Kanyang presensya. Ang mga sinabi sa akin ay walang kabuluhan maliban kung mauunawaan ko ito sa pamamagitan ng personal na karanasan.

Minsan, nakikipag-usap ako sa isang kaibigan tungkol sa mga santo ng India. Ang kaibigan ko ay isang broker, at hindi niya nagustuhan ang aking sigasig. Sa halip, sinabi niya, "Lahat ng tinatawag ninyong mga santo ay mga manloloko na hindi nakakakilala sa Diyos." Hindi ko siya nakipagtalo, bagkus ay binago ko ang usapan, at nagsimula kaming mag-usap tungkol sa propesyon ng brokerage. Matapos niya akong ikuwento nang marami tungkol dito, malumanay kong sinabi, "Alam mo ba na walang kahit isang mapagkakatiwalaang broker sa Calcutta, at lahat sila ay sinungaling?" Nagalit siya at galit na sumagot, "At ano ang alam mo tungkol sa mga broker?" Sumagot ako, "Iyon mismo ang ibig kong sabihin. At ano ang alam mo tungkol sa mga santo?" Hindi siya nakapagsalita. Nagpatuloy ako nang mahinahon at mabait, "Wala akong alam tungkol sa brokerage, at wala kang alam tungkol sa mga santo."

Ang pagsasagawa ng relihiyon ay umabot na sa punto kung saan maraming tao ang hindi na kayang isalin ang kanilang mga espirituwal na ideya sa buhay na karanasan. Nagsasalita ako rito mula sa personal na karanasan. Ayokong pag-usapan ang mga bagay na alam ko lamang sa intelektwal na paraan. Karamihan sa mga tao ay nagbabasa ng ilang libro tungkol sa katotohanan at nagiging kuntento na sa sarili nang hindi nagsisikap na maunawaan ang katotohanan sa likod ng mga salita. Ang mga walang kabuluhang pahayag ng mga espirituwal na katotohanan ay walang silbi sa atin at hindi nag-iiwan ng positibong impresyon. Dapat nating pag-iba-ibahin ang mga sermon ng

isang tao at ang kanilang kwento sa buhay. Ang sinumang nagnanais magturo sa iba ay dapat munang ipakita na talagang naranasan nila ang kanilang natututuhan at naunawaan ang kanilang sinasabi sa pamamagitan ng karanasan.

Ang Pakikipagsapalaran ng Buhay: Ano Ito

Guro Paramhansa Yogananda

Pagsasalin: Mahmoud Masoud

Ang buhay ang pinakadakilang pakikipagsapalaran na maiisip. Bagama't ang ilang buhay ay maaaring kulang sa kasabikan at kilig, ang iba ay puno ng mga kamanghamanghang pagsubok. Narinig ko ang tungkol sa isang lalaking nagtangkang magpakamatay nang mahigit tatlumpung beses, at sa bawat pagkakataon ay may pumigil sa kanya na wakasan ang kanyang buhay. Isipin kung gaano kaganda ang malaman ang tungkol sa buhay ng lahat ng taong nabuhay sa Mundo, ang mga pumanaw na, at ang mga darating pa! Ang lahat ng karanasan ng sangkatauhan ay nakatala sa kosmikong memorya: ang memorya ng Diyos, at kaygandang alaala nito! Mahirap unawain ang isang kamalayang nakakaalam ng lahat, ngunit ang pagkilala sa Espiritung Nakakaalam ng Lahat ang pinakadakilang pakikipagsapalaran sa pag-iral.

Ang mga katotohanan ay mas totoo, mas matatag, at mas matibay kaysa sa imahinasyon, ngunit ang kanilang pinagmumulan ay lahat ng ideya sa isipan ng Diyos. Ang lahat ng atomikong bagay ay mga banal na ideya rin na maaaring matunaw muli sa mga ideya at pagkatapos ay muling katawanin sa mga bagay. Ang mga tao ay mayroon ding kakayahang mag-isip ng mga ideya, ngunit ang kanilang imahinasyon ay hindi sapat na malakas upang isabuhay ang mga ito. Kung ang kanilang imahinasyon ay sapat na malakas, makakalikha sila ng mga bagay sa

mundong ito. Ang mga tao ay nagtataglay sa kanilang sarili ng parehong malikhaing kapangyarihan kung saan isinabuhay ng Diyos ang Kanyang mga nilikhang pangkaisipan sa mundo. Ngunit naging imposible para sa mga tao na isabuhay ang kanilang mga ideya sa mga bagay dahil hindi nila ginamit ang kapangyarihan ng isip na ibinigay sa kanila ng Diyos ayon sa nararapat.

Kapag sinusubukan nating isipin ang kamalayan ng Diyos, nagtataka tayo kung paano Niya natatandaan at naiintindihan ang lahat ng bagay, dahil sinusukat natin ang lahat ng bagay ayon sa pamantayan ng ating sariling mga kakayahang pangkaisipan at nauunawaan ang mga bagay ayon sa ating mga personal na karanasan. Ang mga may mahinang alaala ay may posibilidad na ipagpalagay na ang memorya ng lahat ng iba ay kasinghina ng sa kanila. Gayunpaman, may mga taong may napakatalas na alaala na kayang maalala ang isang buong libro nang kasingdali ng pag-alala mo ng ilang linya. Ang mga malilimutin ay kadalasang nahihirapang maniwala na ang isang tao ay may isang tumatanggap na memorya na may kakayahang mag-imbak at kumuha ng impormasyon nang may kahanga-hangang kadalian.

Naaalala ng isang mag-aalahas ang kanyang mga alahas, at naaalala ng isang tenedor ang mga numero sa kanyang mga libro. Gayundin, naaalala ng Diyos ang lahat ng Kanyang nilikha sa sansinukob na ito. Dahil Siya ang makapangyarihan sa lahat, agad Niyang naaalala ang lahat ng nangyari sa sansinukob na ito dahil ang Kanyang ganap at walang limitasyong kamalayan ay nakakaalam ng lahat.

Ang memorya mismo ay isang kamangha-manghang kakayahan At ang memorya ng tao ay malapit na nauugnay sa makapangyarihang memorya ng Diyos Halimbawa, hindi mo maalala ang mga detalye ng bawat pelikulang napanood

mo na Ngunit kung ipapakita ko sa iyo muli ang isa sa mga pelikulang iyon, agad mo itong maaalala Ang sagradong alaala sa loob mo ay patuloy na kumikilala sa mga nakaraang karanasan Sa sandaling makita mo ang mga pambungad na eksena, maaalala mo ang buong kuwento at sasabihin, "Ah, napanood ko na ang pelikulang ito dati, at naaalala ko kung paano ito natapos"

Paano natin natatandaan nang detalyado ang mga gumagalaw na imahe kahit na nakita na natin ang mga ito ilang taon na ang nakalilipas? Dahil lahat ng pangyayari ay naitala sa utak? Sa sandaling mailagay mo ang karayom ng isip sa isang test disc (o magpatugtog ng mind-computer interface), magsisimulang kunin muli ng iyong memorya ang pagsubok na iyon.

Ang kapangyarihan ng panloob na memorya ay nagmumula sa Diyos at hindi nagkakamali. Hindi ito kailanman nakakalimot. Hindi kayang panatilihin ng alaala ng isang ordinaryong tao ang lahat ng karanasan nang sabay-sabay. Ngunit ang sagrado at panloob na memorya ay nananatili sa lahat nang sabay-sabay at walang hanggan. Samakatuwid, ang ideya ng isang mabuti o mahinang memorya ay isa lamang subhetibong persepsyon. Kinumbinsi ng isang tao ang kanilang sarili na ang kanilang memorya ay mahina, at samakatuwid ay mayroon silang mahinang memorya. Gayunpaman, hindi madaling lumipat mula sa paniniwalang ito patungo sa kabaligtaran nito. Nangangailangan ng malaking pagsisikap upang kumbinsihin ang sarili na ang memorya ng isang tao ay talagang isang manipestasyon ng sagrado at nakakaalala na alaala ng Diyos.

Ang pinakadakilang alaala ng tao ay walang iba kundi isang sinag ng ganap na kamalayan ng Diyos, kung saan ang

lahat ng pakikipagsapalaran ng tao at lahat ng iba pang anyo at manipestasyon ng buhay ay nakatala.

Ang kwento ng banal na paglikha ay isang kahanga-hanga at kamangha-manghang kwento! Paano nilikha ng Diyos ang lahat ng nilalang na nabubuhay sa mundong ito? At paano Siya gumagawa mula sa likod ng mga belo at kurtina upang ibalik tayo sa ating tunay na pag-iral kasama Niya? Imposible para sa wika ng tao na makatulong sa atin na magbigay ng komprehensibong paglalarawan ng kosmikong pakikipagsapalaran ng nilikha ng Diyos at ang mga tiyak na interseksyon nito sa mga indibidwal na pakikipagsapalaran ng hindi mabilang na bilang ng mga tao.

Natuklasan natin na ang karaniwang haba ng buhay ng tao ay nasa pitumpung taon, habang ang karaniwang haba ng buhay ng buwaya ay nasa pagitan ng animnapu't isang daang taon. Ang isang puno ng redwood ay maaaring mabuhay nang dalawang libong taon. Ang karaniwang haba ng buhay ng isang kamelyo ay nasa pagitan ng limampu't animnapung taon, at ang isang kabayo ay nasa tatlumpu't anim na taon. Kung gayon, malinaw na may isang nilalang na nagtakda ng iba't ibang haba ng buhay na ito. Ngunit naririnig natin ang tungkol sa ilang dakilang yogi na nabuhay nang daan-daang taon. Isa sa mga ito ay ang dakilang Babaji, na kilalang nabuhay nang maraming siglo habang nabubuhay pa sa kanyang katawan at nagtatamasa ng perpektong kabataan. Si Trilanga Swami ay nabuhay din nang halos tatlong siglo: siya ay ipinanganak noong 1601 at namatay noong 1881 (sinasabi pa ng ilan na nabuhay siya nang higit sa tatlong siglo!) Bukod sa kanyang pambihirang haba ng buhay, siya ay sikat sa kanyang mga himala. Tumimbang siya ng humigit-kumulang 130 kilo, kahit na bihira siyang kumain. Madalas siyang nagmumuni-muni nang ilang araw, nakaupo nang naka-krus ang mga paa sa tubig ng Ganges, o kung minsan ay nananatiling nakatago

nang mahabang panahon sa ilalim ng mga alon. Madalas siyang nakikitang nakahiga nang hubad at hindi gumagalaw sa nakapapasong araw sa ibabaw ng nagliliyab na mga bato. Ang kanyang nakagawiang pagwawalang-bahala sa mga batas ng kalikasan ay isang palaging paalala. sa lahat ng nakakita sa kanya, ang pagkakaisa sa banal na kamalayan ang pinakamataas sa lahat ng mga batas

Gaya ng nakatala sa *Yogi's Autobiography*, ang mga dakilang santo na nagising mula sa panaginip ng kosmikong panlilinlang o ilusyon at napagtanto na ang sansinukob ay isa lamang ideya sa banal na isipan ay maaaring gawin ang anumang naisin nila sa katawan, batid na ito ay walang iba kundi isang anyo ng puro o nagyeyelong puwersa. Bagama't nauunawaan na ngayon ng mga natural na siyentipiko ang materya bilang walang iba kundi isang nakakulong na aktibidad, ang mga ganap na naliwanagang guro ay nakagawa ng mga makabuluhang hakbang sa pagkontrol sa materya, mula sa teorya patungo sa pagsasagawa.

Tunay nga, ang realidad ay mas kamangha-mangha kaysa sa imahinasyon. Maiisip natin na sa ilalim ng tamang mga kondisyon, kung walang nasasayang na mahalagang enerhiya o likido mula sa binhi, at may wastong nutrisyon at maayos na pag-iisip, ang katawan ng tao ay maaaring mapanatili nang walang hanggan. Ang likido mula sa binhi ay naglalaman ng purong mahalagang enerhiya; kung hindi nasasayang, ang kapangyarihang ito ay mananatiling natutulog at maaaring gamitin upang mapahusay ang pisikal, mental, at emosyonal na kalusugan, pati na rin ang intelektwal na pagkamalikhain at espirituwal na paglago.

Paalala sa tagasalin: Sa siping ito, sinabi ni Pangulong Abu Ali Ibn Sina:

Kumain ng isang beses sa isang araw, at iwasang kumain bago pa matunaw ang iyong nakaraang pagkain

Ingatan ang iyong semilya hangga't maaari, sapagkat ito ang tubig ng buhay na ibinubuhos sa mga sinapupunan

Napakalaki ng pressure sa katawan. Kapag ang isang daga ay nahuli sa bitag, ang puso nito ay tumitibok nang mas mabilis kaysa sa normal. Gayundin, kapag ang isang tao ay hindi kayang magbayad ng kanilang mga bayarin, ganoon din ang ginagawa ng kanilang puso! Kaya naman, ang sikolohikal na stress ay nakakaapekto! Mayroon ding iba pang mga uri ng stress. Naiulat na ipinakita ng mga eksperimento sa laboratoryo na ang pag-aalis ng ingay sa mga lungsod ay maaaring magdagdag ng average na sampung taon sa buhay ng mga mamamayan. Gayunpaman, nabubuhay tayo sa isang kamangha-manghang mundo. Ang mga taong ang tanging layunin sa buhay ay kumain, uminom, matulog, at masiyahan sa mabubuting bagay ay may maliit na pagkakataon na maunawaan ang mga kamangha-manghang bagay ng pag-iral ng tao.

Ang pakikipagsapalaran ay nagsisimula sa pakikibaka na kinakaharap ng kaluluwa upang makapasok sa sinapupunan habang naglilihi. Sa planetary o ethereal na kaharian, milyun-milyong kaluluwa ang nagsisikap na bumalik sa Daigdig sa pamamagitan ng pagpasok sa mga pertilisadong selula kung saan nagsasama ang tamud at itlog habang nagbubuntis. Banal man o makasalanan ang isang kaluluwa, at maliban kung nakamit nito ang ganap na kalayaan, mayroong isang malakas na pagnanais na muling magkatawang-tao sa Daigdig. Sa paglilihi, isang liwanag ang kumikislap sa ether, at isang kaluluwa ang pumapasok dito dahil lamang sa pagsasama ng tamud at itlog. Nahirapan ang sangkatauhan na makapasok sa sinapupunan dahil napakaraming kaluluwa ang nag-aagawan para makapasok. Ang mga nagtagumpay ay ikaw, ako, at tayong lahat. At hindi ito naging isang madaling tagumpay!

Tunay nga, maraming tahanan kasama ang Diyos. Ang mas mataas at mas mababang ethereal na mga antas, na binubuo ng malinaw na liwanag at mahahalagang enerhiya, ay ang langit (o impiyerno) kung saan pumupunta ang mga kaluluwa pagkatapos ng kamatayan ng pisikal na katawan. Ang tagal ng kanilang pananatili doon ay paunang natukoy ayon sa kanilang karma. Hangga't ang isang tao ay may mga hindi natupad na materyal na pagnanasa o makalupang karma (ang mga bunga ng mga nakaraang aksyon na hindi pa nauubos), dapat silang bumalik sa makalupang pagkakatawang-tao upang ipagpatuloy ang kanilang pag-unlad sa landas patungo sa Diyos.

Pagkatapos makapasok sa sinapupunan, ang kaluluwa ay nagtataka: "Ano ang nagawa ko? Matagal akong malaya, nakalaya mula sa nakagapos at mahigpit na katawan ng tao, madali at walang kahirap-hirap na gumagalaw sa eteric plane sa isang makinang na katawan, at ngayon ay natigil muli ako sa isang pisikal na anyo"

Gayunpaman, unti-unti siyang nasasanay sa mga bagong kondisyong ito sa loob ng siyam na buwan sa sinapupunan. Ito ang parusa: siyam na buwang paninirahan sa isang madilim na selda kung saan kailangan niyang huminga sa pamamagitan ng ibang tao at tumanggap ng pagkain at dugo sa pamamagitan ng pagdepende sa sistema ng sirkulasyon ng ibang tao. Ang kanyang espiritu at kalagayan ay nakasalalay sa iba, at siya ay sumisigaw sa Diyos: "Palayain mo ako sa bilangguan ito! Hindi ako makakita, hindi ako makarinig, ako ay nakatali"

Kung mayroon mang impiyerno o purgatoryo, iyon ay ang siyam na buwan sa katawan ng ina: lubos na kawalan ng kakayahan sa gitna ng kadiliman, nakakulong sa isang puntong parang puno, na may panandaliang mga alaala ng nakaraan, na sinusundan ng mga panahon ng pagtulog. At

kapag bumalik ang mga alaalang iyon, sumasayaw ang fetus, na nagpupursige nang husto sa loob ng katawan ng ina. Inilipat ko ang aking kamalayan sa mga estadong ito bago manganak, at alam ko ang aking sinasabi.

Ang pagtulog at paggising ng fetus sa loob ng katawan ng ina ay hindi nakadepende sa kanyang pagtulog at paggising. Ang mga kusang paggalaw ng fetus ay nagmumula sa pag-alala ng kaluluwa sa kanyang nakaraan. Kaya, ito ay gumagalaw nang hindi mapakali sa sinapupunan hanggang sa madaig ito ng pagod, at ito ay makatulog. Pagkatapos, ito ay sandaling gigising at muling gumagalaw. Nakakaramdam ito ng gutom at nasisiyahan ito sa pamamagitan ng sustansya na inilipat sa pamamagitan ng dugo ng ina.

Naririnig ng bagong silang na sanggol, sa paanuman, ang mga panginginig ng tibok ng puso at sirkulasyon ng dugo ng ina, at ang mga tunog na ito ay nagpapabatid dito tungkol sa kanyang katawan, na nagpapasigla sa kanyang paghahangad ng kalayaan. Kaya, ang unang pakikipagsapalaran ng kaluluwa ay isang pakikibaka sa pagitan ng dalawang ideya: ang pagnanais na bumalik sa Daigdig sa anyong tao at ang pananabik na makalaya mula sa anyong tao na naglilimita sa kaluluwa.

Ang balat ng kaluluwa ng tao (ang katawan) ay nagsisimula tulad ng isang isda na may maselang buntot. Ang imaheng ito ay nabubuo sa isang anyong hayop na nakapulupot sa loob ng sinapupunan. Gaya ng nabanggit kanina, ang ilang alaala ng mga nakaraang buhay ay muling lumilitaw, na nagiging sanhi ng bahagyang paggalaw ng fetus. Ang pakikibaka ay tumitindi habang ang fetus ay nabubuo sa isang anyong tao sa loob ng katawan ng ina, at ang kaluluwa ay sumisigaw, "Pakawalan mo ako!" Kapag ang kalooban ay naging napakalakas, ang bata ay isinisilang.

Ang mga sanggol na wala pa sa panahon (ipinanganak pagkatapos ng pagbubuntis na wala pang 37 linggo) ay mga kaluluwang may matibay na kalooban at matinding katigasan ng ulo. Ayaw nilang manatili sa katawan ng ina nang siyam na buwan, at samakatuwid ay mas maaga silang ipinapanganak kaysa karaniwan.

Ang sanggol ay dumarating sa mundong ito nang umiiyak dahil, gaya ng sinasabi ng mga matalino at maalam, naaalala ng kaluluwa ang mga nakaraang anyo nito at ayaw nang bumalik sa Daigdig upang muling magdusa sa iba't ibang anyo ng pakikibaka ng tao.

Ang mabigat na tunog na "thaa" ay kumapit dito, kaya ito ay naging isang lugar sa pagitan ng mga palatandaan at ng mga mapagpakumbabang guho.

Umiiyak siya kapag naaalala niya ang mga pangakong ginawa sa santuwaryo, at ang mga luhang umaagos at walang tigil

Tungkol sa mga alaalang ito, nariyan din ang posturang nagmamakaawa kung saan ang fetus ay naghahaplos ng mga kamay bago isinilang sa mundo na parang nagmamakaawa: "Nakikiusap ako sa iyo, Panginoon, na huwag mo akong pagkalooban ng pangalawang kapanganakan sa lupa"

Ang pisyolohikal na paliwanag para sa pag-iyak ng isang bagong silang na sanggol ay ang mga baga ay dapat magbukas upang magsimulang huminga, at ang unang pag-iyak ng sanggol ay isang pagsisikap na buhayin ang mga baga at simulan ang paghinga ng buhay. Kapag ang isang bata ay ipinanganak, nagsisimula ang paghinga, at ang kaluluwa, na nasa estado ng halos hindi aktibo na pagtulog, ay nagiging isang buhay na nilalang na may malayang buhay. Marami ang nagkakamali sa paniniwala na ang

kaluluwa ay pumapasok sa katawan sa sandali ng kapanganakan, ngunit kung ang kaluluwa ay wala pa, ang katawan ay hindi mabubuo mula sa maliliit na orihinal na selula. Kung ang kaluluwa ay umalis sa fetus bago ipanganak, ang sanggol ay isisilang na patay.

Ang katawan ng tao ay binubuo ng labing-anim na pangunahing pisikal na elemento, sinusuportahan at pinapanatili ng labinsiyam na transparent na elemento ng enerhiya na kumakatawan sa esensya ng etheric body na naninirahan sa pisikal na anyo ng tao. Ang etheric body na ito ang pinagmumulan ng paggalaw at aktibidad sa pisikal na katawan. Ang labinsiyam na planetary elements ay intelektwal, emosyonal, at mahalaga. Ang labinsiyam na bahagi ay ang katalinuhan, ang sarili (ego), pakiramdam, ang manifest mind (sensory awareness), limang instrumento ng kaalaman na naaayon sa mga pandama ng paningin, pandinig, pang-amoy, panlasa, at paghipo, limang instrumento ng aksyon na naaayon sa mga intelektwal na kapangyarihan ng reproduksyon, paglabas ng pagkain, pagsasalita, paglalakad, at manu-manong kahusayan, at limang instrumento ng life force na pinagkalooban ng kakayahang gampanan ang mga tungkulin ng katawan tulad ng crystallization, absorption (pag-asimila ng pagkain pagkatapos ng digestion), pag-aalis ng dumi, metabolismo (pag-convert ng pagkain sa buhay na materya o paggamit nito upang magbigay ng enerhiya), at sirkulasyon. Ang transparent na planetary shell na ito ng labinsiyam na elemento ay nananatili pagkatapos masira ang pisikal na katawan, na binubuo ng labing-anim na magaspang na elemento. Ang lahat ng mga elementong ito ay maaaring maging purong kamalayan sa pamamagitan ng pagsasanay ng mga advanced na pamamaraan ng yoga.

Kapag ang isang sanggol ay ipinanganak, ang mga mata nito ay kumukurap kapag nakakita ng liwanag, nakakarinig

ito ng mga tunog, amoy, lasa, at paghinga. Ang mga tunog ay tila normal para dito, at napagtanto nitong muli itong nabubuhay sa isang pisikal na katawan. Ang dating pagtutol nito sa kapanganakan ay natatapos sa unang paghinga nito. Habang nananatili ang ilusyon na ang "pag-iral" ay nakasalalay sa katawan at paghinga, ito ay naaakit sa pisikal na mundo at unti-unting nasasanay dito.

Habang lumilipas ang panahon, ang bata ay gumagawa ng malaking pagsisikap upang kontrolin ang kanilang katawan. Gaano mo kadalas silang nakikitang ikinakaway ang kanilang mga braso at binti sa ere, sinusubukang umangkop sa kanilang pisikal na anyo? Ito ay ginagabayan ng subconscious, sa pamamagitan ng pag-alala ng kaluluwa sa nakaraan nito. Ang memorya ay palaging naroroon. Likas na kinatatakutan ng mga tao ang kamatayan dahil naaalala nila ang maraming beses na naranasan nila ito, tulad ng pagkatakot nila sa sakit dahil labis na silang nagdusa noon.

Habang lumalaki ang isang bata at nagiging paslit, naiimpluwensyahan sila ng kanilang mga magulang at kamag-anak. Nais ng lahat na maging kakaiba sila, kabilang na ang kanilang mga pilyong kaedad na nais ding maging katulad nila at sumunod sa kanilang pag-uugali at kilos! Sa gitna ng alitan na ito, nakakaramdam ang bata ng matinding pressure. Gayunpaman, ang mga batang may malaking kalayaan ay nagsisising nagsasabi kalaunan, "Sana sinabi sa akin ng mga magulang ko ang tungkol sa mga mapaminsalang bunga ng aking pag-uugali; kung sinabi nila, mas mabuti na sana ang kalagayan ko ngayon."

Marami sa mga sikolohikal at emosyonal na pakikibaka ang kailangang tiisin ng isang tao bago sumapit sa pagtanda. Sa yugtong ito, ang mga pandama ay nagiging mas aktibo, at ang binata o babae ay nakikibahagi sa isang malaking panloob na labanan. Ang pakikibakang ito sa mga

pandama ay malaki, at ang pangwakas na tagumpay para sa mga kabataan ay ang kanilang tagumpay laban sa kanilang mga likas na ugali at ang pagpigil sa kanilang walang pigil na mga pagnanasa.

Kahanga-hangang mabuhay, ngunit maraming puwersa ang naghihintay upang sirain tayo. Ang isang pakikipagsapalaran kasama ang mga mandaragit sa Africa ay walang-wala kumpara sa pakikipagsapalaran ng buhay mismo. At walang pakikipagsapalaran sa kasaysayan ang hihigit dito sa kasiyahan at kasabikan. Dahil sa katwiran, alam ng mga tao kung paano protektahan ang kanilang sarili mula sa mga mababangis na hayop, ngunit hindi nila alam kung paano protektahan ang kanilang sarili mula sa kanilang sariling masasamang gawi at sa kanilang mga mapaminsalang bunga. Ang pinakamasamang kaaway ng isang tao ay ang kanilang sarili. Higit sa anumang kaaway, higit sa mga nakamamatay na mikrobyo, mapaminsalang bomba, o anumang iba pang banta, dapat katakutan ng isang tao ang kanilang sarili kapag sila ay mali. Kapag ang isang tao ay nabubuhay nang walang kaalaman sa kanilang espirituwal na kalikasan at hinahayaan ang kanilang masasamang gawi na kontrolin sila, sila ay nagiging sarili nilang kaaway. Ang pinakamahusay na paraan upang manalo sa labanang ito ng buhay ay ang makipagkaibigan sa sarili. Ang espirituwal na maunlad na sarili ay kaibigan ng isang tao, habang ang hindi pa maunlad na sarili ay kanilang kaaway.

Madaling isipin ang ating mga sarili na maggalugad sa isang masukal at hindi kilalang lupain. Kung tayo ay sasakay ng barko, dapat tayong magdala ng lifeboat upang kung sakaling lumubog ang barko, magamit natin ang bangka upang iligtas ang ating mga sarili. Ngunit sa maraming karanasan sa buhay, ang ating mga lifeboat ay tumutulo sa kabila ng ating paggawa ng lahat ng pag-iingat.

Sa isang gubat na puno ng mga mandaragit, maaari kang mag-ingat laban sa mga halimaw na iyon, ngunit ang pagtagumpayan sa mga banayad at mapanirang panganib ay mas mahirap. Paano mapoprotektahan ang sarili mula sa milyun-milyong mikrobyo na patuloy na nakapaligid sa atin? Iniisip natin na ligtas tayo kapag nag-iingat tayo laban sa mga panganib na nakikita at naririnig natin, ngunit ang ating mga depensa ay hindi sapat upang protektahan tayo mula sa mga mikrobyo. Sa daluyan ng dugo, ang mga puting selula ng dugo ay patuloy na nilalabanan ang mga mikrobyong ito. Pinapamanhid lamang sila ng mga gamot. Ang mga puting selula ng dugo ang mga sundalong humaharap at sumisira sa kanila. Kung mahina ang iyong dugo, hindi ka matutulungan ng mga "sundalong" ito. Sa baga ng maraming tila ligtas at panatag na mga indibidwal, nagkukubli ang mababangis na bacilli ng tuberculosis, handang sumunggab sa kanilang host at sirain ito. Ang kalikasan ay bumubuo ng isang proteksiyon na harang upang itaboy ang mga pag-atake ng mikrobyo, ngunit ang epekto ng harang na iyon ay hindi magtatagal kung hindi kayang labanan ng katawan. Ang pakikibakang ito ay nagpapatuloy sa hindi nakikitang kagubatan ng buhay sa loob natin. Kung susuriin mo ang iyong pagkain sa ilalim ng mikroskopyo, hindi mo ito matitikman. Pinagpipistahan ito ng mga mikrobyo, at nilulunok mo itong lahat! Kahit ang tubig na iniinom mo ay puno ng mga nabubuhay na organismong ito. Walang kahit isang vegetarian sa mundo dahil lahat ay kumokonsumo ng milyun-milyong mikrobyo araw-araw. Kaya, titigil na ba sa pagkain ang mga tao?

Upang ligtas na malampasan ang kagubatan ng buhay, dapat isangkapan ang sarili ng mga angkop na sandata at maging isang mahusay na sinanay na sundalo. Ang mga hindi alam ang wastong paraan upang protektahan ang kanilang sarili ay mabilis na namamatay. Ngunit ang

matalinong tao, na handa para sa lahat ng mga pangyayari —sakit, magkasalungat na mga kaisipan, masasamang gawi, malupit na kapalaran, at hindi kanais-nais na karma—ay magtatagumpay sa pakikipagsapalaran na ito, na nangangailangan ng pag-iingat, pagbabantay, at ilang mga pamamaraan at estratehiya na magbibigay-daan sa atin upang harapin at malampasan ang ating mga panloob na kaaway, na higit na makapangyarihan at determinado kaysa sa anumang panlabas na kaaway.

Habang nagpapatuloy tayo sa ating paglalakbay sa buhay, natututo tayo ng mas mahuhusay na paraan upang malampasan ang mga karamdaman at sanhi ng ating pisikal, sikolohikal, moral, at espirituwal na mga karamdaman. Kapag mapayapa nating nalampasan ang mga pisikal na karamdaman at mga pakikibaka sa sikolohikal, masasabi natin na ang buhay ay tunay na isang kahanga-hangang pakikipagsapalaran. Ngunit hindi matalinong sabihin na ang buhay ay matamis bago makamit ang tunay na tagumpay. Maliban kung ang isang tao ay makarating sa mga huling yugto at ang kanilang kaluluwa ay napalaya sa Diyos, ang buhay ay hindi pa tapos para sa kanila. Dapat silang umakyat sa espiritu, at pagkatapos ay makukumpleto ang huling kabanata ng pakikipagsapalaran.

Kapag nakikita ng isang tao ang ibang taong nagdurusa, nagpapasalamat sila sa Diyos na hindi nila pinagdadaanan ang partikular na karanasang iyon. Ngunit sino ang nakakaalam, maaaring sila na ang susunod na makakaranas nito? Hindi mabilang ang mga posibilidad na mapinsala ang katawan, kaya dapat maging mapagmatyag at handa sa lahat ng mga pangyayari at sorpresa.

Sabi ng siyentipiko: "Kumain ng malusog at masustansyang pagkain at sundin ang mga alituntunin sa kalusugan upang protektahan ang iyong sarili mula sa mga

mikrobyo." Sabi ng pulitiko: "Maging matapang na sundalo upang protektahan ang iyong sarili at ang iyong bansa mula sa iyong mga kaaway"

Tunay nga tayong nabubuhay sa kakaibang mundo. Maging ang mga ina, mga huwaran ng pagmamahal, lambing, at sakripisyo, ay sinasanay upang patayin ang mga anak ng ibang tao. Kay sama ng loob! Ngunit kung minsan, ang digmaan ay nagdudulot ng kabutihan; inaalis nito sa atin ang ating kaduwagan at kahinaan ng kalooban.

Ang mga kagubatan at gubat ng buhay ay puno ng mga kaaway: sakit, kahirapan, pagdurusa, masasamang gawi, at mga maling pagnanasa. Marami ring iba pang mga bagay na dapat isaalang-alang at mga tuntuning dapat sundin, kaya't ang buhay ay nagiging hindi na matiis kung susubukan nating panatilihin ang lahat ng ito sa ating isipan. Ang mga kasalimuotan ay naging napakalaki sa bawat aspeto ng buhay, at ang mga tao ay tila nasa ilalim ng isang uri ng hipnotikong salamangka. Samakatuwid, panahon na para subukan ng sangkatauhan ang iba't ibang mga pamamaraan at buhayin ang walang hanggang kapangyarihan at potensyal ng isip.

Binigyan tayo ng Diyos ng isang kamangha-manghang paraan ng proteksyon: ang isip. Ito ay mas makapangyarihan kaysa sa mga machine gun, kuryente, poison gas, o anumang gamot. Ang isip na ito ay dapat pangalagaan at palakasin. Ang isang mahalagang bahagi ng pakikipagsapalaran sa buhay ay nakasalalay sa pagkontrol sa isip at pagpapanatili nito na disiplinado at naaayon sa Diyos sa lahat ng oras. Ito lamang ang isa sa mga sikreto sa isang matagumpay at masayang buhay.

Bagama't gumagamit ang mga tao ng pisikal na paraan at pamamaraan ng pagpapagaling, hindi nila dapat ilagak ang kanilang tiwala sa mga pamamaraang ito kundi sa

kapangyarihan ng Diyos sa likod ng mga ito. Dapat nating hilingin sa Diyos na pagkalooban tayo ng pang-unawa at lakas ng loob upang hindi tayo umasa sa medisina kundi sa Kanya at, una sa lahat, sa kapangyarihan ng ating mga isipan.

Hindi pa naturuan ang mga tao kung paano makamit ang sikolohikal na estadong nakamit sa pamamagitan ng pagsasanay sa isip at pag-uugnay nito sa Diyos sa pamamagitan ng meditasyon. Gayunpaman, ang isip ay dapat nasa ilalim ng iyong ganap na kontrol bago mo subukang tanggihan ang materyal na mundo at ang mga pisikal na lunas nito. Hanggang sa makamit mo ito, pinakamahasag na gumawa ng mga lohikal na hakbang upang matulungan ang katawan. Kapag ang isang tao ay nakakahawak ng nagliliyab na baga nang hindi nasusunog, maaari nilang tanggihan ang materyal na mundo at ipahayag na ang isip ang lahat. Kung hindi, umiiral ang materya at dapat harapin ayon sa mga batas nito sa lohikal at praktikal na paraan.

Binigyan din tayo ng Diyos ng isang di-magagaling na sandata kung saan maaari nating malampasan ang lahat ng kalungkutan at sakit: ang sandata ng karunungan, na ating nakakamit sa pamamagitan ng pakikiisa sa Diyos. Ang pinakamadaling paraan upang madaig ang sakit, pagkabigo, at kasawian ay ang patuloy na pakikipagkasundo sa ating Lumikha.

Ang mga tao ay parang mga batang nasa gubat ng buhay, napipilitang matuto mula sa kanilang mga personal na pagsubok at paghihirap, natitisod sa mga patibong ng sakit at masasamang gawi. Dapat tayong humingi ng tulong nang paulit-ulit at sikaping iayon ang ating mga iniisip at ginagawa sa Diyos at sa Kanyang hindi nagbabagong mga batas.

Kapag ang mundo ay dumidilim sa harap ng iyong mga mata at ang mga paghihirap ng buhay ay nadaig ka, tandaan na ang Diyos ay malapit at makaramdam ng ligtas at panatag sa kuta ng Kanyang presensya. Sa kabila ng iyong mga pakikibaka sa mga landas ng buhay at ang iyong pagkakalantad sa lahat ng uri ng mapanirang impluwensya, tandaan na ang mga ito ay hindi nilayon upang sirain ka, kundi upang subukin ang iyong pananampalataya at gisingin ang iyong natutulog na lakas. Dapat tayong magtiyaga sa labanan ng buhay at harapin ang lahat ng kasamaan na nakapaligid sa atin, winawasak at tinatalo ang mga ito gamit ang sumasaklaw na kapangyarihan ng banal na presensya sa loob natin. At sa pagtatapos ng pakikipagsapalaran sa buhay, sasabihin natin: O Panginoon, mahirap kumapit sa lakas ng loob at ipagpatuloy ang pakikibaka hanggang sa wakas, ngunit ang lakas na ipinagkaloob Mo sa amin ay mas malaki kaysa sa aming mga takot, at salamat sa mga dakilang kapangyarihang iyon, nagtagumpay kami at napagtanto na kami ay nilikha sa Iyong banal na wangis. Ikaw ang Panginoon ng sansinukob at naroroon sa lahat ng dako, kaya ano ang aming kinatatakutan, at sino ang aming kinatatakutan, hangga't Ikaw ay kasama namin?

Sa sandaling mapagtanto ng isang tao na sila ay naging isang tao, dumarami ang kanilang mga takot, at tila wala nang takas. Anuman ang kanilang gawin na pag-iingat, nananatili pa rin ang mga puwang na maaaring pasukin ng mga pagkakamali. Walang tunay na katahimikan maliban sa Diyos, at walang kapayapaan kung wala Siya. Nasa kagubatan man tayo ng Africa, sa mga larangan ng digmaan, o sa gitna ng kahirapan at kahirapan, dapat nating ibulong sa Diyos: Ako ay nasa ilalim ng proteksyon ng Iyong di-magagaling na presensya, O Panginoon! Sumusulong ako sa mga pangunahing linya ng buhay, at nararamdaman ko na ako ay nasa ilalim ng Iyong proteksyon at pangangalaga!

Walang ibang landas tungo sa kaligtasan at seguridad. Gamitin ang katwiran at lohika sa lahat ng iyong ginagawa, at ilagak ang iyong buong tiwala sa Diyos. Inaalagaan ng Diyos ang lahat ng nagmamalasakit sa Kanya at gumagalang sa Kanyang mga batas, at tinatanggap Niya ang lahat ng bumabaling sa Kanya nang buong puso at kaluluwa, binubuhos sila ng Kanyang mga pagpapala at tinitiyak na ang kanilang ikabubuhay ay patuloy at walang patid.

Marami ang naging biktima ng sakit at naging biktima ng masasamang gawi, hindi kayang ilabas ang kanilang mga sarili. Hindi dapat sabihin na walang paraan upang makatakas sa mga patibong na inilalatag ng buhay sa bawat direksyon. Ang mga pagsubok at paghihirap na kinakaharap ng isang tao ay pansamantala lamang at nakasalalay sa kanilang determinasyon at sa pag-activate ng kanilang kalooban upang malampasan ang mga ito nang paisa-isa. Ang pagkabigo sa isang partikular na panahon ay hindi nangangahulugang pagkatalo sa laban ng buhay. Ang matagumpay at matagumpay na tao ay patuloy na nagpapatunay sa kanilang sarili na sila ay mas malakas kaysa sa mga pangyayari at walang kinatatakutan hangga't sila ay kasama ng Diyos at ang Diyos ay kasama nila, na nauunawaan nang malalim na ang buhay at kamatayan ay dalawang magkaibang estado ng kamalayan.

Nilikha ng Diyos ang lahat upang subukin tayo at upang ipakita ang imortalidad ng kaluluwa sa loob natin. Ito ang pakikipagsapalaran ng buhay at ang tanging layunin nito. Ang pakikipagsapalaran ng bawat tao ay natatangi, at dapat silang maging handa na harapin ang lahat ng hamon ng kalusugan, isip, at espiritu nang may pang-unawa, lakas ng loob, at pananampalataya sa Diyos, batid na ang kanilang kaluluwa ay hindi namamatay anuman ang mangyari sa katawan. Tunay nga, walang sandata—walang anumang sandata—ang makakasira sa kaluluwang iyon. Hindi ito

masusunog ng apoy o tubig, sapagkat ito ang larawan ng Nag-iisang Diyos.

Kahanga-hangang mapagtanto na ang kamatayan ay hindi ang wakas, dahil sa kaalamang ito ay nagkakaroon tayo ng sikolohikal na lakas at kalayaan mula sa ilusyon. Kapag dumarating ang sakit at tumigil sa paggana ang katawan, naniniwala ang kaluluwa na ito ay patay na, ngunit hinipo ito ng Diyos at tinitiyak dito na ito ay buhay pa. Isang sundalo sa larangan ng digmaan, na tinamaan ng bomba o shrapnel, ay sumisigaw, "Patay na ako, Diyos ko!" Ngunit sumagot ang Diyos, "Siyempre hindi! Hindi ka ba nakikipag-usap sa Akin? Walang makakasira sa iyo. Ikaw ay isang imortal na kaluluwa, at nananaginip ka lamang na ikaw ay patay na." Pagkatapos ay napagtanto ng kaluluwa na ang karanasan ng paglipat mula sa katawan patungo sa kamatayan ay hindi kasing nakakatakot gaya ng madalas na inilalarawan. Ang limitadong kamalayan sa pag-iral ng kaluluwa sa loob ng katawan ang responsable sa paniniwala na ang pagkawala ng katawan ang katapusan ng lahat, habang sa katotohanan, ang kaluluwa ay buhay at hindi namamatay dahil ito ang larawan ng buhay at walang hanggang Diyos.

Ang mga tunay na yogi ay may kakayahang kontrolin ang kanilang mga isipan sa lahat ng pagkakataon. Kapag ang isang naghahanap ay umabot sa yugtong ito, sila ay nagiging malaya at napagtatanto na ang buhay ay isang sagradong pakikipagsapalaran. Ipinakita ng mga propeta at dakilang tao ang katotohanang ito, dahil walang anumang makakasakit sa kanilang dakila at dalisay na kaluluwa. Naranasan nila ang banal na pag-ibig nang lubusan, at ang mismong pag-ibig na iyon ang pinakakapana-panabik at pangmatagalang elemento sa pakikipagsapalaran ng buhay.

Walang kabuluhan ang pag-ibig ng tao maliban kung ito ay nakaugat sa walang kundisyong pag-ibig ng Diyos. Ang isang binata at babae ay maaaring umibig, at pagkatapos ay mahulog sa poot. Ang pagkahumaling ng tao ay hindi perpekto at nakatali sa maraming kondisyon, habang ang banal na pag-ibig ay perpekto at walang hanggan.

Ang pakikipagsapalaran ng buhay na ito ay magiging ganap lamang kapag ang isang tao ay nalampasan ang mga panganib at pagkakamali sa pamamagitan ng lubos na paghahangad at talino, tulad ng ginawa ng mga dakila. Pagkatapos ay babalikan nila ang nakaraan at sasabihin, "Ang mga pagsubok na iyon ay mahirap at mapanganib, at muntik na akong mahulog, ngunit ngayon ay may tiwala na ako sa aking sarili matapos buksan ng Diyos ang aking mga mata at ipagkaloob sa akin ang banal na kaalaman."

Masasabi natin na ang buhay ay isang kahanga-hangang pakikipagsapalaran kapag sa wakas ay sinabi sa atin ng Diyos: "Lahat ng kakila-kilabot at mapait na pagsubok ay tapos na, ako'y kasama mo magpakailanman, at wala nang makakapanakit sa iyo"

Ang isip ng tao ay pinalalakas sa pamamagitan ng pagharap sa mga sakit at paghihirap, at isa-isang pagdaig sa mga kahirapan. Anuman ang magpahina sa isip ay ang pinakamatinding kaaway nito, at anuman ang magpapalakas dito ay ang ligtas nitong kanlungan. Kalimutan ang mga kahirapan at kasawiang dumarating.

(Sa mga salita ni Abu al-Qasim al-Shabbi):

Mabubuhay ako sa kabila ng sakit at mga kaaway, tulad ng agila sa tuktok ng matayog na tuktok

Nakatitig ako sa nagniningning na araw, pinagmamasdan ang mga ulap, ang ulan, at ang mga bagyo

Ipinakita sa akin ng Diyos na ang buhay na ito ay isa lamang panaginip. Kapag nagising ka sa Diyos, maaalala mo ito bilang isang panandaliang panaginip ng saya at lungkot, wala nang iba.

At saka mo malalaman na ikaw ay imortal
magpakailanman sa lisa at Tanging Diyos

Sumainyo ang kapayapaan

Espirituwal na pagpapakain

Ang lahat ay lilipas at maglalaho, at ang Diyos lamang
ang walang hanggang kanlungan at ligtas na kanlungan
mula sa lahat ng malalakas na bagyo at unos na umiihip sa
.buong mundo

Ang panandaliang pagkakaibigan ng tao ay hindi walang kondisyon at kadalasang nababahiran ng pagkamakasarili, dahil kapag ang pansariling interes ay natatapos, gayundin ang pag-ibig. Gayunpaman, ang espirituwal na pagkakaibigan at ang tunay at taos-pusong pag-ibig ay nagbibigay sa atin ng pakiramdam ng responsibilidad na pangalagaan ang pagkakaibigang iyon at pangalagaan ang kadalisayan ng pag-ibig na iyon. Kapag sinusubukan nating unawain ang isang tao, hindi natin magagawa ang bagay na ikinagagalit nila, at kapag hindi natin sila sinubukang .unawain, ang pagiging tugma ay sadyang hindi umiiral

Darating ang araw na magpapaalam ako sa mundong
ito, ngunit habang ako'y narito pa sa mundong ito, ang
pinakamalaking kagalakan ko ay ang pakikipag-usap sa mga
nagtitiwala sa akin tungkol sa mga kababalaghan ng Diyos
at ang pagpapatindi ng kanilang pananabik sa banal na
liwanag na nagbigay sa akin ng ginhawa, kalayaan, at
.seguridad

:Mga Pagpapatibay sa Sarili

Magagawa ko lamang ang lahat ng aking mga tungkulin
sa pamamagitan ng paghiram ng aking lakas mula sa Diyos.
Kaya naman, ang una kong hangarin ay ang palugdan Siya.
Ang Diyos ang unang pag-ibig sa aking puso, ang
pinakadakilang mithiin ng aking kaluluwa, at ang sukdulang
.layunin ng aking kalooban at isipan

Ang ating tunay na sarili—ang kaluluwa—ay imortal.
Tayo ay umiiral, at ang ating pag-iral ay walang hanggan.
Ang alon ay dumarating sa dalampasigan at pagkatapos ay
bumabalik sa karagatan nang hindi nawawala ang sarili nito;
sa halip, ito ay nagiging kaisa ng karagatan o maaari itong
.bumalik muli [sa dalampasigan] sa anyo ng isa pang alon

Kung ang mga kable ng isang aparatong elektrikal ay
masira, maaaring palitan ito ng isang espesyalista. Ngunit
kapag ang tisyu ng nerbiyos ay nasira ng matinding
iritasyon, nawawalan ng bisa ang mga nerbiyos, at sino ang
maaaring pumalit sa mga ito? Samakatuwid, dapat maging
lubos na maingat at maingat sa pagharap sa mahalagang
sistema ng nerbiyos, dahil ito ay nagbabagong-buhay mula

sa loob, at kung ito ay masira, hindi na ito maaaring
.kumpunihin o palitan ng ibang aparato

Ang mga estudyante ay nagsasaya sa isang piknik
kasama ang kanilang guro, si Paramhansa, sa kalikasan, at
:sinabi niya sa kanila

Kay sarap makaramdam ng kapayapaan at maging
mayaman sa kaligayahan! Nais ng Diyos na mamuhay tayo
.nang simple at makaranas ng espirituwal na kagalakan

Kung paanong ang isang tao ay nagising mula sa isang
nakakagambalang bangungot at napagtanto na ang kanyang
nakita ay walang iba kundi isang panaginip, gayundin ang
banal na kamalayan ay hinihimok ang isang tao na magising
mula sa bangungot ng pagkakatatulog at pagkalito tungo sa
isang bagong kamalayan at isang mahusay na pag-unawa sa
.kahulugan at layunin ng buhay

Kung nais nating maranasan ang buwang-liwayway ng
espirituwal na paggising at masaksihan ang mga liwanag ng
katiyakan, dapat tayong makinig sa panloob na tinig at
.tumugon sa pag-uudyok nito

Dapat nating alisin sa landas ang mga bato ng ilusyon at
ang mga bato ng kamangmangan na humahadlang sa
paglalakbay ng kaluluwa at humahadlang sa paggalaw nito.

Dapat tayong kumatok gamit ang kamay ng pananabik sa
pinto ng paggising mula sa pagkakatatulog ng kawalang-
bahala, upang ating malanghap ang mga simoy ng
kaligayahan at magdala ng makalangit na kuryente sa bawat
iniisip natin, bawat nararamdaman natin, at bawat kilos
.natin

Hindi malalasap ang tunay na kaligayahan maliban kung
ang mabubuting hangarin ay madaig ang masasamang
hangarin, at maliban kung ang kalooban ay nakadirekta sa

tamang direksyon patungo sa bukal ng katotohanan at ang
.pinagmumulan ng lahat ng kabutihang nabubuhay

Ang tunay na pagkakaibigan ay higit pa sa lahat ng
kayamanan. Kung maaari kang maging tunay na kaibigan ng
.mga tao, matatagpuan mo ang Diyos

Ang Diyos ang pinagmumulan ng karunungan at
maningning na inspirasyon na dumadaloy sa mabubuting
kaluluwa. Siya ang makalangit na halimuyak na nagmumula
sa mga insensaryo ng mapagmahal na mga puso. Siya ang
pinakadakilang kagalakan na pumupuno sa kaluluwa ng
.banal na kaligayahan

Panginoon, hinihiling ko sa Iyo na liwanagan ang aking
kaluluwa upang maunawaan ko ang tunay na katotohanan.

Makikita Kita, Panginoon, na inihahayag sa mga
manipestasyon ng kalikasan—sa mga bulaklak, puno, at
lahat ng magagandang bagay. Sa pamamagitan ng malalim
na espirituwal na pagninilay-nilay, bubuksan ko nang
malawak ang mga pintuan ng kapayapaan at magsisikap na
mapabuti ang aking buhay upang mas maunawaan ko ang
.tunay na kahulugan nito

Kapag kasama ko ang iba, lubos akong naroroon at
nakakaramdam ng malaking kagalakan sa pakikisalamuha
sa kanila, at kapag ako ay nag-iisa, natatamasa ko rin ang
parehong kagalakan. At kapag nagtatrabaho ako,
nagtatrabaho ako nang buong lakas at kalooban, at
.nadarama ko ang lumalaking kaligayahan

Dapat tayong magtrabaho nang may tunay na
pagnanais at panloob na kagalakan, kung hindi ay
mawawala ang ating sigla at hindi natin mababago ang ating
enerhiya. Dapat din tayong laging maging tapat at linangin
ang katapatan kasama ng ating kagustuhan, dahil sa

pamamagitan ng katapatan ay makakagawa tayo nang may
.higit na pagkakaisa sa iba

Huwag kang magdalamhati sa isang pag-ibig na nawala
sa iyo, maging dahil sa kamatayan o dahil sa pabago-bago
at pabago-bagong kalikasan ng sangkatauhan. Ang pag-ibig
mismo ay hindi kailanman tunay na nawawala o patay,
bagkus ay pansamantalang nakatago mula sa iyo, upang
marahil sa iyong walang hanggang paghahanap dito ay
matuklasan mo ang tunay nitong diwa. At ang pag-ibig ay
magpapatuloy sa pansamantalang pagtatago nito hanggang
sa huli ay matagpuan mo ito sa anyo ng banal na Minamahal
na naninirahan sa pinakamalalim na kaibuturan ng iyong
.kaluluwa

Hindi dapat mabuhay ang isang tao araw-araw sa
parehong hindi komportableng kalagayang sikolohikal. Kung
ang isang tao ay taos-pusong nananalangin at nagtitiwala na
ipagkakaloob ng Diyos ang kanyang hinihiling, matatanggap
.niya ang mga pagpapala at tulong ng Diyos

Kung mayroong isang malalim na nakatanim na
masamang ugali, posibleng guluhin at palitan ito sa
pamamagitan ng pagbuo ng isang magkasalungat at
magkasalungat na ugali sa pag-iisip at pag-activate nito
.hanggang sa ma-neutralize ang nakalalasong ugali
Dapat tiyakin ng isang tao sa kanyang sarili na siya ay
magbabago para sa ikabubuti, at na siya ay magiging
matatag sa kabila ng ilang kahinaan na kanyang dinaranas
.ngayon

Sa sandaling magpasya ang isang tao na gumawa ng
positibong pagbabago, madarama nila na sila ay naging
ibang tao, at ang pakiramdam na iyon ay magdadala sa
.kanila ng saganang enerhiya at panloob na kagalakan

Minsan ipinakikita ng Diyos ang kanyang sarili sa
kanyang mga minamahal bilang isang dakilang liwanag,
isang tinig na kosmiko, walang hanggang kagalakan, o pag-
.ibig na may sukdulang tamis

O bilang pang-unawa, karunungan, at kaalaman
Ang liwanag nito ay lumalawak at kumakalat na parang
mga pakpak ng kosmiko sa kawalang-hanggan, at kung
minsan ay nakikita ko ang mundong ito bilang isang
.panaginip sa puso ng liwanag na iyon
At doon ko napagtanto na ang mundo ay isang
panaginip lamang

Gaano man kayo hindi magkasundo ng iyong mga tunay
na kaibigan, palaging may pagkakaintindihan at
komunikasyon sa pagitan ninyo. Ang ganitong
pagkakaibigan ay nakabatay sa paggalang sa isa't isa at
napakahalaga sa inyo. Ang pagkakaibigang nakabatay sa
pag-ibig ng Diyos ang tanging relasyong nakatadhana para
.magtagal

Ang masayang ningning ng espiritu ay maaaring
madama sa pamamagitan ng pagtuon ng pansin sa loob. Ito
ay makakamit sa pamamagitan ng paggamit ng isip upang
tamasahin ang magagandang pangitain ng pag-iisip sa
nakatagong kaharian ng espiritu, na naninirahan sa
.kaibuturan ng sarili

Matapos ang lahat ng nagawa ng isang tao sa mundong
ito, tila walang laman ang buhay, dahil sa huli, kakailanganin
nilang iwanan ang lahat. Darating ang araw na ang isang tao
ay mahihiwalay sa lahat ng kanilang materyal na ari-arian.
Naiinggit ang mga tao sa mga mayayaman dahil sa kanilang
kayamanan at kapangyarihan, ngunit iiwan din nila ang
lahat, at tanging ang kanilang mga gawa lamang ang
.sasama sa kanila mula sa mundong ito

Isa sa mga disipulo ang nabigo sa isang espirituwal na karanasan at nagsimulang sisihin ang kanyang sarili nang may panghihinayang at kapaitan. Sinabi sa kanya ng gurong :si Paramhansa

Huwag mong ituring ang iyong sarili na isang makasalanan, dahil kung gagawin mo ito, dinudungisan mo ang banal na kamalayan sa loob mo. Bakit mo iuugnay ang iyong sarili sa iyong mga kahinaan? Sa halip, pagtibayin mo ang katotohanang ito sa iyong sarili: "Ako ay malapit sa :Diyos, at mahal Niya ako." Manalangin sa Kanya Diyos ko, ako man ay walang utang na loob o mabuti," ako'y iyo. Gisingin Mo po ang aking pag-alaala at pananabik ".sa Iyo, O Panginoon

Sinabi ng matalinong si Paramahansa, matapos makipag-usap sa isang mayabang na bisita na labis na :nagsasalita tungkol sa kanyang sarili Ang mga ulan ng banal na awa ay hindi nagtitipon sa" matatayog na taluktok ng kapalaluan, kundi madaling ".dumadaloy pababa sa mga lambak ng pagpapakumbaba

Ang Daigdig na ito ay parang isang malaking bahay na sumisilong sa isang pandaigdigang pamilya, ang gitnang init nito ay ibinibigay ng araw, naliliwanagan ng iisang buwan, at pinalamutian ng iisang mga bituin. Ang mga miyembro nito ay humihinga ng iisang hangin, kumakain ng iisang pagkain, at umiinom ng iisang tubig. Ang lahat ng katawan ng tao ay sensitibo sa sakit at pinsala. May iisang kaisipan sa likod ng lahat ng wika, at iisang kalikasan ng tao sa likod ng lahat ng .pambansang katangian at katangian ng lahat ng tao

Panginoon, hayaan Mong maramdaman ko ang Iyong
presensya sa bawat kilos na aking ginagawa. Tulungan Mo
akong iwaksi ang anino ng takot na tumatakip sa liwanag ng
Iyong patnubay. At hayaang mamulaklak ang mga bulaklak
ng aking pananabik sa hardin ng aking puso habang
.hinihintay ko ang buhangin-liwayway ng Iyong pagdating

Binibigkas ko ang aking mga panalangin sa rosaryo ng
aking pananabik, ang mga butil nito ay nakatali sa sinulid ng
banal na pag-ibig

Mahal kong Diyos, gawin mo akong ruwisenyor ng
buhay na umaawit sa Iyo ng pinakamatamis na himig.
Hayaan mong lumikha ako mula sa aking mga pangarap
.tungkol sa Iyo at sa aking pananabik para sa Iyo
Isang hagdan na aking inaakyat upang marating ka
Sa umaalon na lawa ng buhay, natatanaw ko ang iyong
kosmikong buhay. Sumasamo ako sa iyo na gabayan ang
mga ilog ng aking mga pagnanasa, na dumadaloy sa mga
disyerto ng kahirapan, upang ang mga ito ay humalo sa
.iyong kosmikong karagatan

Ang kasalanan ay anumang bagay na nagpapawalang-
malay sa isang tao tungkol sa Diyos at sa Kanya

Ako'y isang nanginginig na patak ng iyong hamog sa
dahon ng buhay at kamatayan, umaagos patungo sa iyong
.banal na dagat na walang baybayin
Ako'y isang patak ng iyong hamog na gumagala, sa
wakas ay bumabalik na sa tahanan sa langit
Ako'y isang patak ng iyong walang hanggang hamog na
sumasayaw sa mga talulot ng nakaraan, kasalukuyan, at
hinaharap

Ako'y isang patak ng iyong hamog, lasing sa pag-ibig,
ligtas na dumadaloy sa dahon ng mga tukso sa lupa upang
makihalubilo sa dalisay at malinis na tubig ng iyong
karunungan. Hindi ko nais na mawala ang aking sarili,
bagkus ay lumawak nang walang hanggan sa pamamagitan
ng pagsasama sa iyong malawak na karagatan. Oo, nais
kong maging isang patak ng iyong hamog, na hinihigop ng
.bawat labi na nauuhaw sa Diyos

Naiintindihan ka ng Diyos kapag hindi ka naiintindihan
ng iba. Siya ang mapagmahal na nagmamalasakit sa iyo
nang may pagmamahal at laging mahabagin sa iyo. May iba
namang nagbibigay ng pagmamahal sa iyo sa maikling
panahon at pagkatapos ay iniiwan ka. Ngunit hindi ka
.kailanman iniiwan o pinababayaan ng Diyos

Binabago ng lakas ng loob ang pag-iisip tungo sa
enerhiya, at ang mga nakakamit ng kahanga-hangang
tagumpay ay mga taong may matibay na kalooban. Kapag
nililintang ng isang tao ang kanilang lakas ng loob, hindi sila
susuko sa masasamang kalagayan, gaano man kalaki ang
mga paghihirap na kanilang kinakaharap, sa halip ay patuloy
silang nagpapatunay sa kanilang sarili na hindi sila matatalo
.sa laban ng buhay

Isa sa mga aroganteng rasyonalista ang nagtangkang
lituhin ang panginoong Paramahansa habang tinatalakay
nito ang mga masalimuot na isyung pilosopikal, kaya't
nakangiting sinabi ng panginoon: "Ang katotohanan ay hindi
"kailanman natatakot sa mga tanong
Sabi ng guro, "Imposibleng iwan o pabayaang tayo ng
Diyos, gumagawa Siya nang palihim sa lahat ng paraan
upang tulungan tayo at mapabilis ang ating espirituwal na
".pag-unlad

Nagagawa ng mga mahuhusay na tao ang lahat sa pamamagitan ng kapangyarihan ng pokus na ipinagkaloob ng Diyos, isang kapangyarihang maaaring malinang sa pamamagitan ng meditasyon. Kapag ginamit natin ang nakapokus na banal na kapangyarihang ito, makakamit natin ang tagumpay at mapauunlad ang ating katawan, isip, at .espiritu

Ang mga taong Silanganin ay karaniwang may hilig sa espirituwalidad. Pilosopikal ang pananaw nila sa buhay at nililintang ang kanilang likas na hilig sa pagmumuni-muni. Gayunpaman, maraming taga-Silangan ang gumugugol ng kanilang libreng oras sa katamaran at pagpupursige sa halip na maghangad ng espirituwal na kaalaman, ngunit mayroon .pa rin silang mas mataas na kamalayan sa espirituwalidad

Kapag ipinikit ng isang tao ang kanyang mga mata, iniisip niya na ang buong mundong ito ay walang iba kundi problema at paghihirap, ngunit kapag binuksan niya ang mata ng karunungan at pinanatili ang kanyang katahimikan at balanse, masisiyahan siya sa mundong ito na parang .nanonood siya ng isang nakakatuwang pelikula

:Para simulan ang pagmumuni-muni
Umupo nang tahimik, tuwid ang iyong gulugod, at takpan ang iyong mga mata na hindi mapakali. Panatilihing tahimik ang mga ito. Pakawalan ang iyong isipan mula sa pakiramdam ng bigat ng iyong katawan, at i-relax ang mga nerbiyos na nakakabit sa iyong mabibigat na kalamnan at buto. Kalimutan ang ideya ng pagdadala at paggalaw ng isang siksik na bungkos ng mga buto na nakatali sa .magaspang na laman

Magrelaks, palayain ang iyong isipan mula sa kamalayan sa pisikal na pasanin. Huwag isipin ang iyong pisikal na timbang, ngunit damhin na ang iyong kaluluwa ay malaya mula sa permanenteng katangian ng pagiging mabigat. Hayaang lumipad ang iyong mga iniisip pataas, pababa, kaliwa, at kanan, patungo sa kawalang-hanggan o .sa anumang lugar na iyong naisin

Damhin at pagnilayan ang iyong kalayaang pangkaisipan mula sa katawan. Mangarap, mabuhay, at damhin ang paglipad na ito. Habang nananatili kang nakaupo sa isang nakapirming posisyon, ang kalayaang ito .ay patuloy at patuloy na tataas

Isara ang mga pinto ng iyong mga talukap-mata at ihinto ang mga sayaw ng malibog na tukso. Hayaang bumaba ang iyong isip sa walang hanggan at walang katapusang bukal ng iyong puso. Panatilihing nakasentro ang iyong isip sa iyong puso, na dumadaloy sa mahalagang dugo, at panatilihing nakatutok ang iyong atensyon sa mga kuwerdas nito hanggang sa maramdaman mo ang ritmikong pagtibok nito. Sa bawat pagtibok, damhin ang .makapangyarihang pulso ng buhay
Isipin ang parehong unibersal na buhay na kumakatok sa mga puso ng milyon-milyong tao at bilyun-bilyong iba pang nilalang

Ang walang humpay na pagtibok ng iyong puso ay marahang nagpapahayag ng presensya ng walang hanggang kapangyarihang lampas sa mga pintuan ng iyong kaalaman. Ang banayad na pagtibok ng buhay na sumasaklaw sa lahat :ay bumubulong sa iyo

Huwag mo lamang tanggapin ang kaunting agos ng" aking buhay, kundi palawakin mo ang saklaw ng iyong mga pandama at hayaan mong ilubog ko ang iyong dugo, katawan, isip, pandama, at kaluluwa sa pulso ng aking ".kosmikong buhay

Dapat nating laging isipin kung ano ang ating gagawin
at kung paano ito makakaapekto sa atin
Ang pagkilos ayon sa bugso ng damdamin at likas na
ugali ay hindi kalayaan, dahil ang hindi kasiya-siyang bunga
ng mga maling aksyon ay mga gapos. Ang mga bagay na
sinasabi sa atin ng ating pang-unawa na mabuti at may
maayos na resulta ay dapat gawin, dahil nagdudulot ang
mga ito ng kasiyahan at kalayaan. Ang matalinong gabay na
pamamaraang ito ay nagdudulot ng magandang kapalaran
.at mga biyaya

Nang mapagtanto ng disipulo na siya ay kasuwato ng
Diyos, siya ay nagagalak sa espiritu at masayang bumulalas:
"O Panginoon, wala akong natagpuang anumang bagay sa
mundo na mas kahanga-hanga at mas matamis kaysa sa
"Iyo

Naglalaro ang hangin
At ang puno ay bumuntong-hininga
At ang araw ay ngumiti
At ang ilog ay umuuga
At pinapalitan ng mundo ang itim nitong mabituing
balabal
Sa isang nakasisilaw na ginintuang damit ng liwanag
At gustung-gusto ng kalikasan na ipakita ang kanyang
kagandahan
Pagbabago ng mga kulay ng masasayang panahon
At ang umaagos na agos ay laging sumusubok
Ang mautal-utal na pag-uusap tungkol sa isang malalim
na kaisipang inspirasyon ng kaluluwa
At ang mga ibon ay naghahangad na kumanta at
magsaya
Sa mga hindi kilalang bagay na namumuo sa kanyang
puso
Ngunit ang tao ay may kakayahang

Magsalita nang mahusay at malinaw, at may mga
bagong kahulugan
Tungkol sa Panginoon ng Sansinukob
nasa lahat ng dako
Na hindi nagawa ng iba pang mga nilalang
Tungkol sa pagbubunyag nito at pag-anunsyo ng
kanyang presensya

Natuklasan ng gurong si Paramhansa na kailangang
disiplinahin ang isa sa mga mag-aaral dahil sa isang
malubhang pagkakamali, at kalaunan ay bumuntong-hininga
:siya
Nais kong impluwensyahan ang iba sa pamamagitan"
lamang ng pagmamahal, dahil nasasaktan at nadudurog ang
puso ko kapag nalaman kong wala nang paraan para
".maiwasan ang pagsasanay sa kanila sa ibang paraan

Sa santuwaryo ng pagmumuni-muni, sinisindihan ko ang
dalawang kandila: ang kandila ng buwang-liwayway at ang
kandila ng aking paggising. Ang mga magagandang
kuwintas ng aking masidhing pananabik ay nakapalibot sa
mga paa ng Iyong sumasaklaw na presensya. Ang halimuyak
ng Iyong pag-ibig, na namumulaklak sa palayok ng aking
puso, ay tumatagos sa bawat sulok ng aking buhay. Ang
mga anino ng aking mga takot at ilusyon ay naglaho sa
simpleng liwanag ng Iyong liwanag, O Diyos, na gumising sa
akin magpakailanman mula sa mga panaginip ng
panandaliang pag-iral na ito. Taglay ang walang hanggang
pagbabantay at maalab na mga mata, walang humpay kong
tititigan ang Iyong walang hanggang mukha, pinagninilayan
!ang kakaiba at laging nariryan nitong mga ekspresyon

Kapag ang galit o poot ay nanaig sa isang tao, sila ay
nagkakaroon ng hindi malusog na kalikasan. Ang isang
taong nalulula sa galit ay nawawalan ng kontrol sa kanilang

mga emosyon at maaaring makasakit sa iba. Samakatuwid, isang pagkakamali na hayaan ang marahas na emosyon na kontrolin at diktahan ang mga kilos ng isang tao, dahil ang paggawa nito ay nakakulong sa sarili sa isang selula ng malupit na init ng ulo at mapaminsalang disposisyon, na siyang pinagmumulan ng lahat ng depresyon at sikolohikal na pagkabalisa. Upang makatakas sa mga hindi komportableng estado ng pag-iisip na ito, dapat tunawin ng isang tao ang mga damdaming ito at emosyon na malapit na nauugnay sa pisikal na kamalayan. Ang meditasyon [ibig sabihin, ang pagbaling sa Diyos nang may puso, kaluluwa, at .isipan] ang paraan

:Mga Kumpirmasyon

Babantayan ko ang aking mga iniisip at salita upang ang maganda at totoo lamang ang manggaling sa mga ito. Magpapatuloy ako nang may lubos na pananampalataya sa Diyos, batid na ang Kanyang kapangyarihan ay dumadaloy sa akin, na ang Kanyang presensya sa lahat ng dako ay sumasaklaw sa akin, at ang Kanyang pangangalaga ay .nagbabantay sa akin

Panginoon, nalagpasan ko na ang mga tabing ng materya at natagpuan ko ang Iyong pag-ibig, at ngayon ay napagtanto ko na ako ay isang sasakyan para sa pagpapahayag ng kosmikong kaisipan at espirituwal na kagandahan. Ilalaan ko ang lahat ng aking lakas at .kakayahan sa paghahayag ng Iyong banal na kalooban

Tuwing naiisip kita, isang bugso ng nag-aalab na pananabik ang bumabangon sa loob ko, pinupukaw ang aking mga damdamin at dumadaloy mula sa aking puso patungo sa bawat selula ng aking pagkatao, pinupuno ito ng banal na pag-ibig. Ang pinakamalalim kong hangarin ay maabot ang pinakaibuturan ng iyong pagkatao at magsaya sa iyong presensya. Bigla, nagbubukas ang pinto ng aking

kaluluwa, at oh, ang kagalakang bumabalot sa akin sa
!pagkakita sa iyong nagniningning na liwanag

Sa pakikiisa sa Iyo, O Espiritung Sumasaklaw sa Lahat,
ako ang magiging mismong pulso ng kosmikong buhay.
Lalangoy ako sa dagat ng mga kaluluwa at sasayaw sa mga
alon ng sagradong emosyon ng tao, bubuhos ang lahat ng
pinagpalang kagalakan. Ilalabas ko ang isang pandaigdigang
.agos ng mga dakilang mithiin

Ako ang magiging luhang ibubuhos sa habag para sa
iba. Ako ay naroroon sa ginintuang katahimikan ng mga
santo at sa namumulaklak na pag-asa ng mala-rosas na
isipan. O tapat na tagapagbigay ng mga kahilingan! Kapag
ang aking walang hanggang kislap ay humalo sa iyong
.walang hanggang liwanag, ako ay kikislap sa bawat mata

Sa mga araw ng tag-araw ng buhay, tinitipon ko ang
nektar ng emosyon mula sa matatamis na bulaklak ng
kabutihan na namumukadkad sa mga hardin ng mabubuting
kaluluwa, at iniimbak ko sa aking puso ang distilled essence
ng matayog na basil ng pagpapatawad, ang pinong
mabangong mga usbong ng pagpapakumbaba, at ang bihira
at malambot na mga bulaklak ng lotus ng pag-iisip. At kapag
ang malamig na niyebe ng mga pagsubok sa taglamig at ang
masakit na sakit ng paghihiwalay sa lupa ay humahampas sa
akin, hinahanap ko ang init at aliw sa nektar na nakaimbak
sa selula ng aking puso. Sa selulang iyon, na pinagpala ng
iyong presensya, madalas kong matatagpuan ang banal na
bubuyog na humihigop sa tamis ng aking mga lumang
pananabik, at nararamdaman ko ang katahimikan,
.kagalakan, at ginhawa

Ang pagkakaroon ng materyal na kayamanan nang
walang panloob na kapayapaan ay parang pagkamatay sa
uhaw habang lumalangoy sa lawa. Kung dapat iwasan ang

materyal na kakulangan, dapat ding hamakin ang espirituwal na kahirapan, dahil ito ang ugat ng lahat ng sakit at pagdurusa ng tao. Ang mga mayayamang magulang na nag-iwan ng malalaking halaga ng pera sa kanilang mga anak ay kadalasang humahadlang sa kanilang sikolohikal na paglago at humahadlang sa kanilang pag-unlad at kaligayahan, na .nakasalalay sa kanilang sariling pagsisikap
:Sa okasyon ng Araw ng Ngiti

Sa isang mahirap na sandali, narinig ko ang iyong tinig, aking kosmikong ina, na bumubulong: "Ang araw ng aking proteksyon ay pantay na sumisikat sa iyong pinakamaliwanag at pinakamadilim na oras. Huwag kang mag-alala, anak ko, kundi maniwala ka at ngumiti! Hayaan mong sumikat ang aking nakapagpapagaling na liwanag sa iyong mga malinaw na ngiti. Sa pagiging masaya, anak ko, "Ipinasasaya mo ako at binibigyan mo ako ng kasiyahan

,O, Panginoon

Ang mga simoy ng iyong inspirasyon ay nagpalayas ng lahat ng ulap mula sa abot-tanaw ng aking isipan, na ngayon ay tila dalisay at malinaw. Sa pamamagitan ng mga dalisay na mata, nakikita kitang nag-iisa sa lahat ng dako. Ang mga sinag ng iyong pinagpalang araw ay tumatagos sa pinakamalalim na kaibuturan ng aking pagkatao, at sa gutom ng mga panahong ito, ako ay pinapakain ng iyong .pinagpalang liwanag

Sinabi ng gurong si Paramahansa sa isang grupo ng :mga disipulo

Kapag sumisid ka nang malalim sa banal na kamalayan" sa pamamagitan ng espirituwal na mata, makikita mo ang ikaapat na dimensyon na nagniningning sa mga kababalaghan ng panloob na mundo. Mahirap maabot ang estadong iyon, ngunit kay ganda at kay saya nito! Huwag kang makuntento sa pagkakaroon ng kapayapaan sa iyong

pagmumuni-muni, kundi hangarin mo nang buong puso ang
".kapayapaan ng Diyos at uhaw sa Kanyang kaligayahan

Ang kailangan ng mundo ay pagmamahalan ng
magkakapatid, pagkakaisa, pagkakapantay-pantay, at isang
pusong puno ng pagmamahal sa Diyos at pagsunod sa
Kanyang mga batas moral. Ang mga problema at paghihirap
ay nagmumula sa kawalan ng kamalayan ng isang tao sa
kanilang mga nakaraang kilos, na nagawa sa isang partikular
na lugar at panahon. Ang kanilang kasalukuyang pagdurusa
ay nagmumula sa mga kaisipan at gawa na kanilang
binigkas, na nag-ugat sa lupa ng kamalayan, sumibol at
namumunga na sumasalamain sa mismong katangian ng mga
.kaisipan at kilos na iyon

Ang templong iniibig ng Diyos ay isang templo ng
katahimikan, kapayapaan, pag-ibig at kagandahan, at
sinumang papasok sa templong iyon ay mababalot ng
espirituwal na katahimikan at maaantig ang banal na
.presensya

Dapat makisali sa mga nakabubuting gawain upang
mapabuti ang sarili at makinabang ang iba, at sinumang
nagnanais makilala ang Diyos ay dapat magsikap na
gumawa ng mabuti at tumulong sa iba hangga't maaari
.araw-araw

Ang panlabas na pag-uugali ay sumasalamain sa panloob
na buhay ng isang tao. Ang mga panlabas na luho ay hindi
maaaring magdulot ng kaligayahan, dahil ang kaligayahan
ay nakasalalay sa kung gaano kahusay na kinokontrol ng
.isang tao ang kanyang sarili at ang takbo ng kanyang buhay

Kapag nagigising ako tuwing umaga, gumagawa ako ng
ilang positibong resolusyon at ipinapangako sa aking sarili

na isasagawa ko ang mga ito. Pagkatapos, nirerepaso ko ang mga resolusyong iyon sa buong araw at inuudyukan ang aking sarili na tuparin ang mga ito. Kapag nalaman kong nakamit ko na ang ipinangako ko sa aking sarili, nararamdaman kong matagumpay ako. Ang ganitong mga pangakong may sariling determinasyon ay nagpapatalas ng determinasyon at nagpapalakas ng lakas ng loob; kung hindi, maaaring matagpuan ng isang tao ang kanilang sarili na nadadala ng magulong emosyon at pinangungunahan ng .mga negatibong damdamin

Ang pagkakaibigan ay dapat magsimula sa tahanan. Kung may makita kang miyembro ng pamilya na partikular na tugma sa iyo, linangin muna ang pagkakaibigang iyon. Pagkatapos, kung naaakit ka sa isang taong kilala mo na may parehong mga pinahahalagahan, linangin ang pagkakaibigang iyon. Dapat alisin ang lahat ng makasariling pagnanasa at personal na kalkulasyon, at dapat palakasin .ang palakaibigang relasyon sa mabubuting tao

Ang mga nagmamahal sa Diyos ay aking tunay na mga kapatid. Naaawa ako sa mga mangmang at iniiwasan ang pakikisama ng mga mayabang, ngunit malapit ako sa mga nagmamahal sa Diyos at masaya akong nakikipag-ugnayan .sa kanila

Hindi mailalarawan ang banal na pag-ibig, ngunit mararanasan ito kapag ang puso ay dalisay at ang pananabik sa kosmikong Minamahal ay tumitindi. Kapag ang isip at pandama ay nakatuon sa Diyos, ang espirituwal na .kagalakan ay sagana na dumadaloy mula sa bukal ng puso

Sa kaibuturan ng aking puso, itinayo kita ng isang lihim na trono. Ang mga kandila ng aking kagalakan ay mahina

ang ilaw sa pag-asam sa iyong pagdating, at mas
.magniningning ang mga ito kapag ikaw ay lumitaw

Ang pagpapakasasa sa malungkot na kalooban ay isang
unti-unting kamatayan, habang ang pagsisikap na maging
masaya at optimistiko araw-araw sa kabila ng lahat ng
magulong at nakababahalang mga pagsubok ay isang
.bagong espirituwal na pagsilang
Kapag natagpuan mo ang Diyos, mararanasan mo ang
tunay at pangmatagalang kasiyahan. Maaaring masira at
masira ang pagkakaibigan ng tao, ngunit hindi ka
pababayaang ng Diyos. Kahit na iwanan ka ng lahat, kung ang
Diyos ay kasama mo, taglay mo ang lahat ng bagay sa
buhay na ito at nakamit mo na ang lubos at
.pinakamasaganang bahagi

Sinabi ni Master Paramahansa sa isa sa mga nagdududa
:sa posibilidad na makakita ng banal na liwanag
Kung magdududa ka, hindi mo makikita; kung makakita"
"ka, hindi ka magdududa
Sinabi niya sa isang grupo ng mga estudyanteng
:nagpapaliban
Dapat ninyong isaayos ang inyong mga buhay at"
pamahalaan ang inyong oras, nilikha ng Diyos ang
kaayusan; ang araw ay sumisikat hanggang sa paglubog ng
araw at ang mga bituin ay kumikislap hanggang sa
".pagbubukang-liwayway

Kadalasan, ang mga tao ay nagsasalita at kumikilos
ayon sa kanilang sariling pananaw, bihirang makita o
subukang tingnan ang mga bagay-bagay mula sa pananaw
ng iba. Kung ang dalawang tao ay magtalo na hahantong sa
isang away at pagkatapos ay mag-away, ang sisi ay nasa
kanilang dalawa, kahit sino pa ang nagsimula ng argumento.
Ang mga may malalim na pananaw at karunungan ay

lumalapit sa mga bagay-bagay nang lohikal, makatwiran, at
.may pag-unawa

Babangon ako sa buwang-liwayway at gigisingin ang
aking natutulog na pag-ibig, upang ito ay pumukaw sa
liwanag ng tunay na debosyon sa Diyos ng kapayapaan sa
aking kaluluwa, O Panginoon, sa isang di-nakikitang templo
na gawa sa batong bato ng debosyon, tanggapin ang
mapagpakumbabang handog ng aking puso, na binabago
.araw-araw sa pagsusumamo

Protektahan ang iyong sarili sa moog ng karunungan,
ang pinakadakilang santuwaryo. Ang perpektong pag-unawa
ay magdadala sa iyo sa isang lugar kung saan walang
.makakasama sa iyo

Sinabi ng gurong si Paramahansa sa isang grupo ng
:mga disipulo

Ang pagsisisi ay hindi lamang nangangahulugan ng"
pagsisisi sa isang pagkakamali, kundi pati na rin ng pagpigil
sa paggawa nito muli. Kapag tunay kang nagsisisi,
determinado kang iwanan ang kasamaan nang hindi na ito
babalikan. Ang puso ay matigas at hindi madaling
lumambot. Palambutin ito sa pamamagitan ng panalangin at
pagsusumamo, at ang mga banal na pagpapala ay bababa
".sa iyo

Madalas tayong makakita ng mga tagapagtaguyod o
tagapagtaguyod sa pamilya, maging ama man o anak na
lalaki, at sa ilang lipunan, mga ina o anak na babae, na
nagpapakita ng awtoritaryan na tendensiya dahil sa
pakiramdam na sila ay nasa posisyon na nagbibigay sa
kanila ng karapatang kontrolin at ipataw ang kanilang
.opinyon

Hindi dapat ibuhos ng mga diktador na ito ang kanilang
galit sa kanilang mga kapamilya, na nangangailangan at
umaasa sa kanila. Dahil kung gagawin nila ito, mawawalan
sila ng respeto at pagpapahalaga ng kanilang mga mahal sa
.buhay

Ang pagsasabing mahina ang loob ng isang tao mula pa
noong ipinanganak siya at hindi maaaring maging malakas
ay isang maling pahayag, dahil may posibilidad na ang
gayong tao ay maaaring maging dakila at makagawa ng
.mga kahanga-hangang bagay sa lahat ng aspeto ng buhay

Kapag ang isang tao ay nakapagpaparamdam sa iba ng
kanyang pagmamahal at mabubuting intensyon, ang
kanyang pagmamahal ay lalawak at hahalo sa
pangkalahatang pagmamahal na dumadaloy sa lahat ng
.puso

Sa katahimikan ng kaluluwa, at sa kakahuyan ng pokus
ng isip at lumalaking pananabik, walang katapusan ang
banal na pag-ibig, at mapalad siya na nakakaramdam ng
pinagpalang presensya at nakakatikim ng nektar ng
.pagkakaisa

:isang panalangin

Panginoon, ipagkaloob mo sa akin ang tiwala ng mga
inosenteng bata sa Iyo at ang ganap na debosyon sa Iyo.
Pagpalain mo ako upang madama ko ang Iyong kalapitan sa
likod ng aking mga panalangin, maranasan ang Iyong
presensya sa lahat ng aking emosyon, at mapagtanto na ang
Iyong naliwanagang karunungan ang siyang sumusuporta sa
.aking pang-unawa at kaalaman

Matapos purihin ng gurong si Paramhansa ang isa sa
:mga estudyante, idinagdag niya
Kapag sinabihan kang magaling ka, huwag kang tumigil"
sa pagsisikap na maging mas mahusay pa kaysa sa kung
sino ka. Ang iyong patuloy na pag-unlad ay magdudulot ng
".kaligayahan sa iyo at sa iyong mga mahal sa buhay

Kung ang mga kontemporaryong pinuno ng mundo ay
naliwanagan at nagtulungan, maaari nilang puksain ang
digmaan at kahirapan sa loob ng ilang taon. Tanging ang
espirituwal na kamalayan (isang pakiramdam ng banal na
presensya) ang makapagliligtas sa mundo, at kung wala ito,
hindi makakamit ang kapayapaan. Ang sangkatauhan ay
dapat magsimula sa sarili nito, dahil ang oras ay
napakahalaga para sayangin, at tungkulin ng sangkatauhan
na gampanan ang bahagi nito sa pagdadala ng kaharian ng
.Diyos sa Daigdig

Ang pagkakaibigan ay ang pangkalahatang espirituwal
na atraksyon na nagbubuklod sa mga kaluluwa sa
pamamagitan ng buklod ng banal na pag-ibig at naglalapit
sa kanila sa isa't isa, upang ang mga puso ay mapawi ang
kanilang uhaw at ang mga kaluluwa ay magalak sa pagtikim
ng makalangit na pag-ibig na dumadaloy sa mga daluyan ng
.tao

Siya na nagpapaunlad ng kanyang pagmamahal sa
Diyos at nagpapatibay ng kanyang relasyon sa Kanya sa
panahon ng kaligayahan at kasaganaan ay matatagpuan
ang Diyos na malapit sa kanya kapag kailangan niya Siya,
ngunit siya na nagpapaliban at hindi nagmamalasakit sa
pagpapatibay ng relasyong iyon ay kailangang harapin ang

kanyang mga pagsubok nang mag-isa hanggang sa magawa
niya - nang may karunungan at ganap na pagpapasakop - na
.matagpuan ang Pinakadakilang Kasama

Ang buong mundo ay nalulunod sa dagat ng kalituhan at
kawalan dahil sa walang kabusugan at di-mapawing
kasakiman. Ang kasakiman at kasakiman ay nagbubunga ng
mga digmaan. Ang tunay na bayani ay siyang sumakop sa
kanyang sarili sa labanan ng buhay. Ang pera, katanyagan,
kalibugan, at lahat ng sumasalungat sa prinsipyong ito ay
.nakakasira sa ating kapayapaan at kaligayahan

Ang Diyos ay nagpapakita sa katahimikan ng kaluluwa,
at nararamdaman natin ang Kanyang presensya sa
pamamagitan ng umaapaw na damdamin ng kagalakan,
upang ang ating mga espirituwal na kahilingan ay matupad
at ang ating mga pananabik at pagmamahal ay maabot ang
.kanilang layunin

Maliban kung ang kaalamang espirituwal ay malinang sa
paraang kahalintulad ng pag-unlad ng mga likas na agham
at mga inobasyong teknolohikal, ang mga indibidwal at mga
bansa ay mawawala sa mga labirinto ng paghihirap at
.pagkawasak

Nais ng Diyos na lumapit tayo sa Kanya at makilala Siya,
ngunit karamihan sa mga tao ay ayaw. Gayunpaman, kapag
ang mundo ay dumidilim sa kanilang mga mata at sila ay
nahulog sa mga patibong ng mga problema o nagiging
biktima ng sakit, sila ay nagmamadaling magmakaawa sa
.Kanya at humingi ng Kanyang tulong

Marami ang nag-aalangan na hanapin ang Diyos, naniniwalang kung gagawin nila ito, ang buhay ay magiging malungkot, mawawalan ng kagalakan at kagandahan. Ngunit ang kabaligtaran ang totoo. Ang dalisay na kaligayahang nararanasan ko nang may perpektong pagkakaisa sa Diyos ay hindi mailalarawan; Nabubuhay ako sa isang estado ng espirituwal na kagalakan araw at gabi. Ang kagalakang ito ay pagpapala ng Diyos, at ang pagkilala sa Diyos ay nangangahulugan ng paglaya mula sa paghihirap at isang .pakiramdam ng kapayapaan at kasiyahan

Ang pangunahing salita para sa karamihan ng mga tao sa buhay na ito ay "ako". Ang mga may espirituwal na disposisyon at hilig ay iniisip ang iba tulad ng pag-iisip nila sa kanilang sarili. Ang mga iniisip lamang ang kanilang sarili ay nagdudulot sa kanilang sarili ng poot at hinanakit ng mga nakapaligid sa kanila. Ngunit ang mga isinasaalang-alang ang damdamin at interes ng iba ay natutuklasan na iniisip sila ng iba at isinasaalang-alang ang kanilang mga .damdamin

Kung mayroong isang daang tao sa isang bayan, at ang bawat isa ay nagtatangkang mang-agaw mula sa iba, ang bawat isa ay magkakaroon ng siyamnapu't siyam na kaaway. Ngunit kung ang bawat isa ay magtangkang tumulong sa iba, ang bawat isa ay magkakaroon ng .siyamnapu't siyam na kaibigan

Namuhay ako nang ganoon at walang nawala sa pagbibigay sa iba. Sa katunayan, lahat ng ibinigay ko ay bumalik sa akin na pinarami ng biyaya ng Diyos. Ngayon ay wala na akong hinahangad pa dahil ang taglay ko sa kaibuturan ko ay mas dakila at mas mahalaga kaysa sa anumang maiaalok ng mundo. Ang tunay na hinahanap ng isang tao ay kaligayahan, at kapag nakamit na ang kaligayahan, ang pangangailangan para sa mga .pangyayaring humahantong dito ay nawawala

Kapag nagpadala ka ng mabubuting intensyon sa iba, lumalawak ang iyong kamalayan. Kapag iniisip mo ang iyong kapwa, isang bahagi ng iyong pagkatao ang naaaktibo kasama ng kaisipang iyon. Ngunit ang pag-iisip lamang ay hindi sapat; dapat tayong maging handa na isabuhay ang ating mga iniisip. Ang Altruismo ay nagdudulot ng maraming biyaya at malaking kaligayahan sa pagsasagawa nito, dahil sa pamamagitan ng altruismo, napapanatili ng isang tao ang kanyang sariling kaligayahan. Ang aking layunin ay mapasaya ang iba dahil ang aking kaligayahan ay .nagmumula sa kanilang kaligayahan

Ang pag-iisip ang pinagmumulan ng lahat ng problema at ang bukal ng kaligayahan. Ang tao ay mas malakas kaysa sa lahat ng kanyang mga karanasan dahil binigyan siya ng Diyos ng kapangyarihang kontrolin ang kanyang isip at katawan, at ang kanyang isip ay hindi dapat malason ng .mga negatibong kaisipan

Ang mga taong naaayon sa Diyos ay kayang malampasan ang pinakamalaki at pinakamapanghamong mga hamon sa buhay. At habang ang pangkalahatang pangarap na ito ay maaaring minsan ay tila isang bangungot, kapag tayo ay naaayon sa Diyos, matatagpuan .natin ang ating sarili na malaya mula sa bangungot na iyon

May isang uri ng bakterya na ipinapanganak, dumarami, at namamatay sa loob lamang ng dalawang oras. Nagagawa ng ganitong uri ng bakterya sa isang araw, o mas maikli pa, ang kailangang magawa ng mga tao sa mahabang panahon, .marahil walumpung taon

Ang pitumpu o walumpung taon na ating nabubuhay ay
isa lamang panandaliang sandali sa kawalang-hanggan. Mula
sa isang relatibong pananaw, lahat ng nangyayari sa atin ay
nangyayari sa halos parehong bilis gaya ng nangyayari sa
.bakteryang nabanggit sa itaas

Kaya naman, hindi tayo dapat mag-aksaya ng oras, ni
hayaang kontrolin tayo ng mga pagnanasa at kapritso, at
dapat din nating iwasan ang paggawa ng mga bagay na
hindi sinasang-ayunan ng ating konsensya. Kapag ang isang
tao ay naging panginoon na ng kanilang sarili, ng kanilang
mga iniisip, damdamin, at mga kilos, walang sinuman o
.anumang bagay ang makakaimpluwensya sa kanila

Ang buhay ay natutulog sa magaspang na lupa,
nangangarap ng kagandahan sa mga bulaklak, at
makapangyarihang nagigising sa mga hayop at sa
kamalayan ng tao, na natatanto ang walang limitasyong
.potensyal nito

:Sabi ng mga matatalino

Ang bunga ng mabubuting gawa na inuudyukan ng
pagmamahal sa Diyos at kabutihan ay pagkakasundo at
kadalisayan. Ang bunga ng mga gawang inuudyukan ng
makasariling mga pagnanasa at ambisyon ay sakit at
pagdurusa. Ang bunga ng masasamang gawa ay
.kamangmangan at kahangalan

Ang mabubuting gawa ay nagdudulot ng kaligayahan,
habang ang mga makamundong kilos na dulot ng
pagmamahal sa sarili ay humahantong sa pagdurusa at
sakit. Ang patuloy na masasamang gawa, sa kabilang banda,
ay sumisira sa kakayahan ng isang tao na makaunawa at
.makaunawa

Ang ilan ay sumusulat ng pangalan ng pantas gaya ng
sumusunod: Paramahansa o Paramahansa Yogananda

Mula sa ibaba hanggang sa itaas: Isang kwento ng
tagumpay

Mas marami pang lektura ni Master Paramhansa
Yogananda

:Sa sumusunod na link

www.swaidayogacom

Ito ay isang totoong kwento na isinalin tungkol sa isang)
taong patuloy na nabibigo, ngunit sa pamamagitan ng
pagsasanay ng malikhaing pag-iisip at positibong
pagpapatibay, kalaunan ay nagawa niyang malampasan ang
mga dahilan ng kanyang pagkabigo at nagawang gamitin
(ang tagumpay ayon sa kanyang kagustuhan

Kung paanong may mga taong likas na nagtatagumpay,
mayroon ding mga taong nabibigo dahil sa nakasanayan

Ang aking kaibigan at estudyante (S) ay isang bigo mula
pa noong siya ay ipinanganak. Totoo na siya ay isang
matalino, masipag, at sabik na batang kumita ng pera,
ngunit sa sandaling naisip niya ang isang trabaho o karera,
ang mga salik ng pagkabigo ay nakapalibot sa kanya mula
.pa sa simula

Isang araw, lumapit siya sa akin na walang dala, hinabol
ng mga nagpautang, iniwan ng mga kaibigan, at humihingi
.ng payo

Tinanong ko siya tungkol sa dahilan ng kanyang mga
:problema, at ang sabi niya

Ginoo, isa akong palpak. Sa hindi ko malamang"
dahilan, sa sandaling magsimula ako ng trabaho, nawawala

ito sa akin, at ang lugar na aking pinagtatrabahuhan ay nasisira rin. Nawawalan ng negosyo ang employer pagkatapos akong kunin. Kaya naman, natatakot akong maghanap ng trabaho dahil sa takot na magambala ang interes ng mga employer na kukuha sa akin. Dahil sa aking pagbagsak at kawalan ng katatagan, sigurado akong mawawalan ako ng trabaho dahil ang kumpanyang kukuha sa akin ay magdedeklara ng pagkabangkarote at magsasara ng mga pinto nito, at tatanggalin ako bilang resulta. Kaya naman, wala akong karapatang maging sanhi ng pagkasira ng mga negosyo ng ibang tao dahil lamang sa aking ".koneksyon sa kanila

Nagawa kong makahanap siya ng trabaho sa isang maliit na kumpanya at hiniling ko sa kanya na ulitin ang sumusunod na pagpapatibay sa kanyang sarili tuwing gabi,
:bago matulog at pagkagising

Araw-araw at araw-araw, ako ay nagiging mas"

".matagumpay sa aking larangan ng trabaho

Lumipas ang isang buwan, at binalaan ako ni (S):

"Ginoo, ang kompanyang iyong pinagtatrabahuhan ay nagiging hindi matatag at ang sitwasyon nito ay hindi maganda. Nakikiusap ako sa iyo na alisin mo ako rito bago pa ito tuluyang bumagsak, dahil mawawalan din ako ng trabaho kapag bumagsak ang kompanya. Ngunit ang aking pagbibitiw ngayon ay maaaring makaiwas sa kompanya sa hindi maiiwasan at nakakatakot na kapalaran dahil sa aking ".mga kapus-palad na pag-aalinlangan

Tumawa ako, hindi ko pinansin ang sinabi ni (S), at sa halip ay hiniling ko sa kanya na ipagpatuloy ang pagbibigay-diin sa kanyang punto at panatilihin ang kanyang trabaho. Pagkalipas ng ilang linggo, lumapit siya sa akin isang gabi at
:bumuntong-hininga

"Ang kinatatakutan ko ay nangyari na nang eksakto"

"?Tinanong niya siya, "Anong nangyari

Aniya, "Bumagsak ang kompanya gaya ng sinabi ko sa

"iyo at gaya ng hinula ko

Sabi ko sa kanya, na nagpoprotesta: "Hindi ba't totoo na

noong tinitiyak mo sa iyong sarili na, 'Araw-araw at araw-araw ay lalo akong nagiging matagumpay sa aking larangan

ng trabaho' ay inuulit mo ang mga salitang iyon na parang

loro? At ang isang pugita ng pagdududa ay patuloy na

kumakapit sa mga tupi ng iyong utak kaya't sinasabi mo sa

iyong sarili: 'Hangal ka, lumalala pa ang iyong sitwasyon

""!kahit gaano mo pa pilitin ang iyong sarili na magtagumpay

"Sumagot siya: "Oo, iyon nga ang talagang nangyayari

Pinayuhan ni (S) na alisin ang mga vibrations at

mabibigat na negatibong kaisipan sa sandaling lumitaw ang

mga ito sa kanyang isipan, lalo na sa pag-uulit ng positibong

pagpapatibay, dahil ang malay na pag-iisip na may matibay

na paniniwala ay maaaring makaimpluwensya sa

subconscious o unconscious mind, na siya namang, sa

pamamagitan ng batas ng magnetic resonance, ay

nakakaapekto sa malay na pag-iisip sa pamamagitan ng

.kapangyarihan ng ugali

Dagdag ko pa: "Ang madalas na pagpapatibay ng mga

positibong kaisipan at gawi hanggang sa ang mga ito ay

tumagos at mag-ugat sa subconscious mind ay sapat na

upang maalis ang minana o nakuha na subconscious mental

barriers. Walang paraan upang magtagumpay hangga't ang

mga kaisipan at damdamin ng panghihina ng loob at

pagkabigo ay nakatanim sa conscious o subconscious mind.

Kabilang sa mga kondisyon para sa tagumpay ay ang

pagkakaroon ng malikhaing kakayahan, kanais-nais na mga

pangyayari, at likas na mga tendensiya. Kung naaabot mo ang mas mataas na kamalayan gamit ang walang limitasyong mga kakayahan nito, maaari kang lumikha ng mga bagong pagkakataon para sa tagumpay na iyon na ".malayo pa rin sa iyo at hindi mo kayang abutin

At natulungan ko si (S) na makakuha ng ibang trabaho, mas malaki kaysa sa una. Ngunit pagkatapos ng anim na buwan (na siyang pinakamahabang panahon na ginugol ng aming kaibigan sa pagtatrabaho), sinabi niya sa akin isang hapon: "Mabilis na lumalala ang sitwasyon ng kumpanya, "kaya't pakitanggal ako agad

Hindi ko pinansin ang kanyang mga alalahanin, sa halip ay hiniling ko sa kanya na ipagpatuloy ang kanyang trabaho. Pagkalipas ng ilang linggo, nakangiting sinabi sa akin ni (S): "Ang pangalawang trabahong inayos mo para sa akin, ginoo, "!ay nauwi sa wala

Mahinahon kong sinabi, "Huwag kang mag-alala, "hahanap ako ng ibang trabaho para sa iyo

Sumagot siya: "Ginoo, basta't kayo ang magtatagumpay sa pagpapabagsak ng isa pang kompanya dahil sa aking ".pakikisalamuha sa mga may-ari nito, wala akong tutol

Sa pamamagitan ng patuloy na pagsisikap, nakahanap ako ng napakagandang trabaho para kay (S) sa isang malaking kumpanya. Lumipas ang isang taon at walang nangyari, bagama't sinubukan ni (S) na umalis sa kumpanya linggo-linggo dahil sa takot na masira ito tulad ng mga .nauna

Sa wakas, hiniling ko sa kanya na ipuhunan ang kanyang pera sa sarili niyang negosyo, at natakot siya at tinitigan ako nang may pagkamangha, na nagsasabing: "Ito ba ang ipinapayo mo sa akin? Hindi mo ba iniisip na

mawawala sa akin ang perang pinaghirapan kong naipon
"?kung ipuhunan ko ito

Buong kumpiyansa niyang tiniyak sa kanya: "Dapat
mong ipuhunan ang iyong pera at lakas sa isang magandang
proyekto, tulad ng isang lokal na catering center na hindi
nangangailangan ng malaking puhunan, at tiwala ako sa
"iyong tagumpay

Sa loob ng ilang taon, si (S) ay naging may-ari ng
maraming ari-arian at malalaking bodega

Nang makumbinsi siya sa kanyang tagumpay,
natagpuan niya ang kanyang sarili na matagumpay sa lahat
ng kanyang ginagawa. Isang araw, natatawang sinabi niya
sa akin: "Salamat sa Diyos at sa iyong tulong, ako ay
nagbago mula sa isang pagkabigo patungo sa isang
matagumpay na tao. Nalampasan ko ang pagkabigo at
napagtanto ko na ang aking patuloy na pagkabigo ay dahil
nga sa kakulangan ng pag-unawa sa aking tungkulin. Ngunit
hindi ko alam kung paano ako nagtagumpay matapos kong
sirain ang gawain ng iba dahil sa aking mga pagkabigong
".pag-uurong-sulong

Kaya ipinaliwanag ko sa kanya: "Hindi ikaw ang sanhi ng
pagkawasak ng mga interes na iyong pinagtatrabahuhan.
Ang batas ng atraksyon na namamahala sa mga tao, batay
sa magkakatulad na mga vibration, ay gumagana nang
negatibo o positibo (ang katulad ay umaakit ng katulad)

Ang iyong likas na kapintasan ay nagtulak sa iyo sa mga
kumpanyang malapit nang bumagsak, at gayundin sa mga
kumpanyang iyon. Kaya, isa kang bigo, at ang mga
kumpanyang iyon ay nasa bingit din ng pagbagsak. Ayon sa
batas ng mutual attraction, kayo ng mga kumpanyang iyon
ay sabay na bumagsak sa burol ng pagkabigo at bumagsak
.sa mga bato

Ang aral ng kuwentong ito ay ang tunay na tagumpay
ay nakasalalay sa paglikha ng kailangan ng isang tao sa
pamamagitan ng lakas ng loob sa pamamagitan ng
paggising sa walang limitasyong kapangyarihan ng mas
mataas na kamalayan. Ang kapangyarihang ito ay maaaring
magising sa pamamagitan ng pag-aaral ng tamang paraan
ng pagmumuni-muni at pag-iisip nang positibo at malikhain
upang makamit ang kalusugan, tagumpay, karunungan, at
.kaligayahan

Sumainyo ang kapayapaan

Mula sa mga giikan ng kaluluwa

Alam mo ba kung bakit may mga taong hindi makakuha
ng

Ano nga ba ang kanilang hinahanap sa buhay sa
pamamagitan ng mga lehitimong pamamaraan, gaano man
?sila kahirap magsikap

Una, dahil karamihan sa mga tao ay nagtatrabaho nang
may maligamgam na sigasig

Ikasampung bahagi lamang ng kanilang atensyon ang
kanilang ginagamit

Kaya naman, wala silang kapangyarihang magtagumpay

Bukod pa rito, ang sanhi ay maaaring dahil sa mga
maling aksyon

Ginawa nila ito noon, at nagdulot ito sa kanila ng pinsala

Sa mga talamak na kaso ng pagkabigo at pagkabigo

Pero kahit kailan hindi mo kailangang tanggapin

Mga limitasyon at limitasyon ng Karma

Hindi mo dapat paniwalaan nang malalim na ikaw

Hindi mo kayang makamit ang iyong mga layunin

Kapag nabigo kang makamit ang iyong layunin

Ang dahilan ay kadalasang nakasalalay sa pagkumbinsi

sa iyong sarili

Na wala kang kakayahang makamit ang iyong inaasam

Pero kapag nakumbinsi mo ang sarili mo
Na mayroon kang walang hanggang kapangyarihan
Marami kang magagandang bagay na makakamit
Ang pakikipag-ugnayan sa Diyos ay nagbabago sa mga
vibrations ng kamalayan
Binubuksan nito ang mga landas ng isip na
hinaharangan ng mga alalahanin
Labis na pagkahumaling sa mga materyal na bagay
Nagdaragdag ito ng espirituwal na dimensyon sa pag-
iisip at damdamin
Bilang resulta, ang mga gapos sa testamento ay nasira
At isang abot-tanaw ng kalayaan at maayos na pananaw
ang lumilitaw sa loob ng kaluluwa
Ito ay isang espirituwal na batas na gumagana para sa
kapakinabangan ng lahat ng gumagamit nito
Kapag ang mga sinag ng pag-iisip ay nakatuon nang
hindi nagkakalat
Dumarating ang dakilang kapangyarihan ng Diyos
At salamat sa kapangyarihang iyon
Makakamit mo ang espirituwal, sikolohikal, at materyal
na tagumpay
Humugot ako ng pinagpalang kapangyarihang iyon
Paulit-ulit sa buhay ko
At alam kong tiyak na ang kapangyarihan ng Diyos ay
hindi kailanman nabibigo
Maaari mo ring gawin ang parehong bagay kung nais
mo
Ang ibang mga puwersa ay maaaring magdulot ng ilang
tagumpay
Ito ay isang tagumpay na hindi nagtatagal
Ngunit kapag ang isip ay puno ng banal na magnetismo
Isang malaking liwanag ang sisikat mula rito
Ipinakikita ang presensya ng Diyos
Ang walang kapantay
Sabi ng mga nakakaalam

Ang banal na kaalaman ay hindi makakamit sa
pamamagitan ng pag-aaral ng mga banal na kasulatan
Ni sa pamamagitan ng katalinuhan at talino
Hindi man lang sa pamamagitan ng pagsisiyasat sa mga
pilosopiya

Bagkus, sa pamamagitan ng banal na biyaya ay
maaaring matikman ang tamis ng kaalamang iyon
Tanging ang mga may dalisay na puso ang pumipili sa
Diyos, at sila ang pinipili Niya
At sa pamamagitan ng Kanyang biyaya ay makikita nila
ang Kanyang liwanag

Dapat malaman at kilalanin ng mga pilosopo at teologo
Na ang kalikasan ng Diyos ay walang hanggan
Hindi ito maaaring maunawaan o masuri
Gamit ang limitadong pananaw ng makitid na pag-iisip
Para makilala ang Diyos, kailangan nating maranasan
mismo ang Kanyang presensya
Ipinakikilala ng Diyos ang Kanyang sarili sa mga
nagmamahal sa Kanya
Bilang isang pakiramdam ng lubos na espirituwal na
kaligayahan

Nalulula ang kamalayan ng tao
At dala nito ang isang malinaw na kumpirmasyon ng
pagkakaroon ng isang mas mataas na katotohanan
Paglampas sa pamilyar na karanasan ng tao
Kahit gaano pa kalaki ang lohika o teolohiya, hindi ito
...kayang gawin

Na ang kamangha-manghang pagsubok na ito
Dahil ang espirituwal na karanasan ay nakabatay sa
panloob na damdamin
At ang intuitibong persepsyon ng isang banayad na
dimensyon at isang nagliliwanag at nakasisilaw na liwanag
Upang makamit ang mistikal na karanasang iyon
Mahalaga ang banal na pag-ibig
Taimtim na pagmumuni-muni sa Diyos

Sa pag-iisa ng pinagpalang kaluluwa
Ang karagatan ng kaluluwa ay naging isang maliit na
alon ng sarili kong pag-iisip
Hindi masisira
At kung siya man ay lumitaw sa entabladong ito sa lupa
O ito ay nagtago pagkatapos ng kamatayan sa kaharian
ng kosmikong kamalayan
Sapagkat ako ay isang walang hanggang, imortal na
kamalayan
Pinoprotektahan sa yakap ng kawalang-hanggan at sa
kuta ng Kataas-taasang Espiritu
Ngayon ay gagawa ako ng isang bagay na kapaki-
pakinabang para sa iba
Gagawin ko ang aking makakaya para sa mga
nagugutom
Ligtas at panatag ako sa likod ng mga pader ng aking
mapayapang konsensya
Ang dating kadiliman ay nalipol na
Interesado lang ako sa ngayon
Ako'y isang kislap ng liwanag ng pinakadakilang
kabutihan
At gusto kong maging isang tanglaw
Para sa mga kaluluwang lumubog at nawasak ang mga
barko
Sa dagat ng kalungkutan
Ngayon ay nararamdaman ko ang Diyos sa gitna ng
kapayapaan
Na tumatagos sa puso ko, kasabay ng pangkalahatang
pag-ibig
At sa trono ng mahinahon at payapang mga kaisipan
Pagpalain nawa ng Diyos ng kapayapaan ang aking
trabaho at gawing madali ang aking mga gawain
Ngayon ay gagabayan ko ang aking mga kapatid
Patungo sa Pintuan ng Kapayapaan
Patungo sa Templo ng Diyos

Magtatrabaho ako upang aliwin ang nagdadalamhati
At ang kanilang mga kaluluwa ay kuntento
At ako'y magmamadali patungo sa mga abot-tanaw ng
kalayaan
Sa pamamagitan ng pagsuko sa lahat ng mahigpit na
pagnanasa
At mahigpit na kumapit sa hangaring mapalapit sa Diyos
Na nagdadala ng pagmumuni-muni sa mga obra
maestra nito
At sa kaharian ng aking pag-ibig
Aanyayahan ko ang mga tao ng lahat ng lahi at
etnisidad
Upang sila'y makasama ko at manirahan
Sa liwanag ng banal na pag-ibig
Mga Kayamanan sa Silangan
Magasin sa Silangan-Kanluran
Mga ginintuang pagkakataon
Sulit ang buhay
Nag-aalok ito ng mga ginintuang pagkakataon upang
makilala ang sarili
Pagpapanibago ng kanyang kamalayan at pagtukoy sa
kanyang lugar sa mapa ng pag-iral
At nagsusumikap upang makamit ang layunin ng
pagkakaroon nito
Ang kaalamang ito ay nagbibigay-lakas sa isip at
katawan
At pinupuno ang puso ng isang pag-agos ng sigla
Siya'y umaapaw sa tuwa at tumatalon sa tuwa
Ito ang nais ng Lumikha ng sangkatauhan para sa
sangkatauhan
Naniniwala ang ilan na ang buhay ay puno ng
pagkabagot at pagkapagod
Maraming tao ang nababagot at nagsawa na
Ngunit ang pagkabagot ay nangangahulugan ng
pagkawala ng sarili

Para sa koneksyon at komunikasyon sa silid ng
operasyon ng buhay

Para maging masaya ang buhay
Dapat tanggalin at alisin ng isang tao ang mga balakid
Na nakatayo sa pagitan niya at ng kanyang organikong
pagkakaisa sa buhay
Kung ibabalik mo ang iyong mga iniisip sa panahon ng
pagkabata

Siguro naaalala mo na ikaw noon
Puno ng panibagong enerhiya at kagalakan
Malakas ang iyong pagnanais na lumipat
Pagtalon, paglalaro, at paggawa ng marami pang ibang
bagay
Ikaw noon ay isang bagong dating mula sa ethereal na
mundo

At direktang nauugnay sa puso ng buhay
At ang mga alambre ng komunikasyon sa pagitan mo at
ng buhay

Mataas na antas ng maayos at mahusay na pagganap
Dahil dala mo ang kamalayan sa pagiging simple
Kagalakan, kaligayahan, at espirituwal na kasariwaan
Nang siya ay umabot sa pagtanda
Malaki ang nawalang halaga mo
Mula sa mga enerhiya at damdaming iyon
Ngunit paminsan-minsan
Mga pamilyar na kaisipan ang pumapasok sa isip mo
At ang mga simoy ng pananabik ay umiihip sa iyo
Nagbabalik ito ng ilang kislap ng alaala
Mula sa malayong nakaraan
Kapag nagising ka sa umaga mula sa isang mahimbing
at mahimbing na pagtulog
Masaya at komportable ka sa pakiramdam
Hanggang sa ikaw ay atakihin ng mga pang-abala sa
pang-araw-araw na buhay

Sinasakop nito ang mas malaking bahagi ng iyong
kamalayan
At ito ay nagiging mas makatotohanan at apurahan
kaysa sa iba
Sa kabila ng lahat ng mga paghihirap, kontradiksyon, at
pagkabigo
Ang isang tao ay dapat magsikap na makipag-ugnayan
sa kanyang sarili
Mayaman sa hindi mabilang na kayamanan
Ito ang nagpapasaya at nagpapaganda sa buhay
Dapat iwasan ang mga murang ideya at aksyon
At hindi mahuli sa mga walang kabuluhang bagay ng
makamundong buhay
Dahil kapag ito ay naitatag na sa kamalayan
Kumakapit ito sa mga selula ng utak
Hanggang sa ang kapayapaan at pagkakasundo ay
maalis sa kaluluwa
At kasama nila, mga pinong ideya at dalisay na mga
pangitain
Kaya naman, kinakailangang alisin ang mga enerhiyang
.hindi magkatugma
Mula sa pag-iisip at pagpapalayas ng mga hindi kanais-
nais na damdamin mula sa puso
Upang ang mga sinag ng liwanag ay makarating sa
kanila
Mga agos ng kalusugan, mga singil sa enerhiya, at mga
biyaya
Kamangha-manghang i-paste
Nabigyang-inspirasyon ng mga turo ni Master
Paramhansa
Ang mga ideya ay parang mga piraso ng luwad na
maaaring hubugin bilang dice o ahas-dagat, ngunit may
tigas na parang batong pingkian

Ang bawat tao ay may potensyal na maging tagapag-
ukit ng kanilang buhay at tagapag-iskultura ng kanilang
kapalaran

Hayaan siyang kumuha ng isang dakot ng kamangha-
manghang pasta na ito at gumawa ng isang kahanga-
hangang likhang sining mula rito, at tatanggap siya ng
.kasaganaan ng kaligayahan

Ang mga kidlat sa kalawakan ay mahirap i-focus at i-
channel sa mga alambre upang mailawan ang mga bahay at
.kalye, ngunit ito ay nakamit na
Hindi madaling ipatawag at i-concentrate ang mga hindi
nakikitang pwersa ng sansinukob sa isang sistema.

Pinoprotektahan nito ang sangkatauhan mula sa mga
patibong at pinoprotektahan sila mula sa kasamaan, kung
posible. Sa kabila ng pagkakaroon at kapangyarihan ng
kasamaan, umiiral din ang liwanag, at ang kabutihan ay mas
malakas at mas nagtatagal kaysa sa kasamaan dahil
sinusuportahan ito ng walang hanggan at pangmatagalang
katotohanan, na siyang pinakamalakas na puwersa sa
.sansinukob at sa huli ay mananaig

Ang pagtutuo sa positibo at mapagkawanggawa na
mga kaisipan ay nangangahulugan ng paglikha ng isang
epektibong koneksyon, o pagbuo ng isang malinaw na
daluyan, sa pagitan ng isip at ng pinagmumulan ng unibersal
na positibo, na siyang kabutihan mismo. Habang mas iniisip
ng isang tao ang kabutihan, mas naaakit ang mga vibration
nito sa isip at katawan. Ang mga vibration na ito ay may
kapangyarihang baguhin ang maraming sikolohikal at pisikal
na estado, at napakalakas kaya awtomatiko nilang pinapawi
ang mga hindi magkakatatugmang vibration na hindi naaayon
.sa sikolohikal at pisikal na kayarian ng indibidwal

Kapag sinabi ng isang tao na, "Pagod na ako," ang
pakiramdam ng pagkapagod ay nagiging malakas dahil
kinikilala ito, kaya nililimitahan ang aktibidad at
hinaharangan ang daloy ng enerhiya. Gayunpaman, kung

sasabihin nilang, "Kailangan ko ng pahinga," binubuksan nila ang kanilang sarili sa mahahalagang agos na nagpapaginhawa sa isip at katawan, at maaaring makaranas pa ng pag-agos ng enerhiya sa loob ng maikling panahon ng .pahinga

Ang pagkadismaya, na nagdudulot ng nakababahalang sikolohikal na kalagayan, ay maiiwasan sa pamamagitan ng hindi pagtutuon dito, pag-alala sa isang kaaya-ayang karanasan, o pag-iisip tungkol sa mga taong mahal mo, pinagkakatiwalaan, at komportable kang kasama, habang tinitiyak na ang pagkadismaya ay parang isang lumilipas na .ulap ng tag-araw, gaano man ito kakapal at kakila-kilabot

Ang mahihirap na kalagayang pinagdadaanan ng isang tao ay hindi dapat balewalain o maliitin. Sa halip, ang mga pangyayaring ito ay dapat harapin nang makatotohanan at matalino sa pamamagitan ng paghahanap ng epektibong paraan upang mapaluwag ang kanilang impluwensya at .mabawasan ang mga epekto nito

Hindi ito nangangahulugan ng pag-aalis ng serbisyo ng mga therapist na nagbibigay ng marami at mahahalagang serbisyo sa pamamagitan ng kanilang kadalubhasaan at mga advanced na siyentipikong pamamaraan; sa halip, ang positibong pag-iisip ay nakakatulong upang magtanim ng binhi ng paggaling sa katawan at sa gayon ay nagiging isa .sa mga paraan ng paggamot

Gayundin, sa halip na sabihing "May sakit ako," ang dapat na pokus ay ang pangangailangan para sa paggaling. Ang saloobing ito ay ginagawang mas madaling tumanggap ang isip at katawan sa mga pamamaraan at enerhiya ng pagpapagaling, binubuksan ang mga pores o channel na kailangan ng enerhiyang ito upang dumaloy sa mga selula at tisyu, inaayos ang hindi malusog at maling mga kondisyon, at muling inaayos ang maselang makinarya ng katawan. Kaya, ang isang taong sanay sa madalas na panghihina at pagkapagod ay matutuklasan, sa paglipas ng panahon, na

ang positibong pag-iisip ay nakakatulong na mabawasan ang bilang ng mga yugtong ito, na humahantong sa isang pakiramdam ng panibagong lakas at kasaganaan ng kagalingan, sa tulong ng Diyos, ang Manggagamot ng lahat .ng karamdaman at karamdaman

Ang ani ng poot

Nag-aaway sina Nasi at Zakir, at nagsimula ang kanilang mga away noong sila ay mga batang estudyante pa lamang, at nang sila ay lumaki , lumakas ang kanilang poot, at sila ay .naging magkaribal sa negosyo ng pagbebenta ng sapatos Minsan, nag-agawan sila ng kamay ng isang babae para sa kasal, at dahil medyo mas malakas si Nasi kaysa kay Zakir, binugbog niya ito nang malakas at iniwan itong walang malay. Nang magkamalay si Zakir, siya ay labis na nalungkot, nanghihinayang, at nandidiri sa nangyari sa .kanya

Pagkalipas ng ilang taon, nagpasya si Zakir na lumipat sa isang lungsod upang magtrabaho at manirahan Nakalimutan na ni Nasi ang nangyari, ngunit hindi mabura ni Zakir sa kanyang alaala ang kahihyan at kahihyan na idinulot sa kanya ni Nasi. Gayunpaman, paulit-ulit at pinaninindigan niya sa kanyang sarili: Patatawarin ko si Nasi at hindi ko na aalalahanin ang kanyang pagkakasala .laban sa akin

Ngunit pagkalipas ng ilang buwan, napagtanto ni Zakir na sa kaniyang pang-araw-araw na pagpapahayag ng kapatawaran, sa kaibuturan niya ay nais niyang maghiganti at naghihintay ng pagkakataong gumanti at pawiin ang .kaniyang pagkauhaw sa paghihiganti

Maya-maya, nakaramdam si Nasi ng kakaibang paghila sa kanya papunta sa lungsod kung saan lumipat ang kanyang dating karibal na si Zakir. Wala siyang duda na may mangyayari. Gayunpaman, alam ni Zakir ang presensya ni Nasi sa lungsod at maingat na sinusubaybayan ang kanyang .mga galaw

Isang gabi, naglakad-lakad si Nasi at "naamoy ang sariwang hangin," kahit na makulimlim at maulan ang .panahon

Habang naglalakad siyang mag-isa sa isang liblib na kalsada, nadaanan niya ang isang bodega sa labas, habang palihim at maingat na sinusundan siya ni Zakir. Nang magkaroon ng pagkakataon, nagpasya siyang bayaran ang .utang gamit ang compound interest

Sa labis na tuwa, natuklasan niya ang isang matibay na tile na nahulog mula sa isa sa mga dingding ng bodega. Kinuha niya ito at malakas na hinampas sa ulo ang kanyang dating karibal, na nagpatumba sa kanya sa lupa, pagkatapos ay padabog na bumalik sa dinaanan niya, nang hindi .namalayan ang kanyang presensya

Pagkalipas ng ilang oras, tumigil ang ulan, nahati ang mga ulap, at isang sinag ng buwan ang lumitaw sa isang butas sa tuktok ng pader. Nagising si Nasi at natagpuan ang .kanyang sarili na nakahiga sa lupa, labis na nanghihina Sinubukan niyang alamin kung ano ang nangyari, at nang makita ang isang tile sa tabi niya at isang butas sa dingding sa itaas nito, napagpasyahan niyang habang naglalakad sa tabi ng bodega, ang kanyang malas ang naging dahilan kung bakit nahulog ang tile na iyon mula sa .itaas ng dingding at bumagsak sa kanyang ulo

Ang aral ng kuwentong ito ay may tendensiya ang mga tao na kalimutan ang mga pagkakamaling nagawa nila sa iba, kahit na ang mga bunga ng mga kilos ay hindi malilimutan, at ang mga bunga nito ay tahimik na hinahabol ang mga ito sa kadiliman ng kamangmangan. Tulad ng isang baka na nakakahanap ng kanyang guya sa libu-libong iba pa, gayundin ang mga bunga ng ating mga kilos ay may kapangyarihang patuloy tayong subaybayan at matukoy ang .ating lokasyon, kahit na matapos ang mahabang panahon Kung si Nasi ay may karunungan lamang at sinubukang lutasin ang hindi pagkakaunawaan nila ng kanyang karibal

na si Zakir at humingi ng tawad dito pagkatapos ng
insidenteng iyon, maaaring nabawasan niya ang galit ng
.kanyang kalaban at hindi sana lumala pa ang sitwasyon
Ngunit nanatiling hindi nagbabago ang mga bagay-

bagay, at ang mga binhi ng kakila-kilabot na mga
kahihinatnan ay lumago at umunlad sa sinapupunan ng
isang madilim na kinabukasan, na nagtapos sa isang
mapaminsalang kapanganakan. Upang maiwasan ang mga
hindi kanais-nais na sorpresa, ang mga binhi ng
masasamang tunggalian na nagkukubli sa lupa ng isipan ay
dapat sunugin, at ang pag-iintindi sa hinaharap ay dapat
mauna sa pagkilos, sapagkat itinatakda ng pangkalahatang
batas na aanihin ng isang tao ang mga bunga ng kanyang
.mga gawa, mabuti man o masama, matamis o mapait
Tandaan natin na ang bawat kilos ay nag-iiwan ng mga

bakas na nakaimbak bilang mga tendensiya at hilig sa
isipan. Maliban kung ang mga ito ay haharapin nang
matalino at maingat, hahantong ang mga ito sa mga
potensyal na mapanganib na kahihinatnan. Gayunpaman,
kapag ang mga buto ng masasamang kilos ay sinunog ng
.apoy ng karunungan, hindi na ito muling tutubo

Ang kahulugan ng pagpapataas ng kamalayan
maagang buhay

Ang kaluluwa ay nakikialam sa pisikal na makina
Hanggang sa tuluyan na siyang nakatali rito

Kaya nga kailangan nating mabuhay
Para hindi tayo maapektuhan ng mga pangangailangan
ng katawan

Hindi kami nakakaramdam ng limitasyon dahil sa mga
pamantayang materyal

Ang paglago ng kaisipan ay isang produkto

Para sa pisikal na paglago o pag-unlad

Ayon sa natural na ebolusyon

Ang parehong kaluluwa ay lumalabas

Sa pamamagitan ng pag-angat sa antas ng kaisipan

O ang antas ng pagkamalikhain at kasaganaan
Kaya naman ipinapakita ang kakaibang talento
Alin ang nagpapaiba sa mga tao
Tungkol sa lahat ng iba pang nilalang
Pagkatapos ay pataas ito
Sa antas ng espirituwal na kaalaman
Na nagbibigay ng kahulugan at halaga
Para sa materyal na kasaganaan
tagumpay sa pag-iisip
Walang duda na ang mga tagumpay sa intelektwal ay
kapaki-pakinabang

Dahil lahat ng magagandang bagay ay may halaga
At unti-unti nating napagtanto na ang susunod na yugto
Pinapataas nito ang kamalayan sa katawan
Sa espirituwal na kamalayan
Sa pamamagitan ng espirituwal na pagpapalakas ng
katawan at isipan
Sa pamamagitan ng hindi pag-aaksaya ng mga
puwersang mahalaga sa buhay ng katawan
At itinutuon ang liwanag ng isip, ang tagamanman
Sa mga mahahalagang bagay
Hanggang sa maging sila
Isang epektibo at maayos na pamamaraan
Kaya itong lampasan ng kaluluwa
pagpapahayag ng sarili
At ipakita ang kanyang mga talento
At pinapagana ang mga espirituwal na kapangyarihan
nito

Ang espirituwal na pagpapalaya ay nangangahulugang
pagpapalaya sa kaluluwa
Mula sa kulungan ng kamangmangan
At itaas ito sa antas na nararapat dito
At pagpapalaya nito mula sa mga limitasyon ng
limitadong kamalayan
Ang buhay ng tao ay kadalasang napakaganda

Ngunit ang pagkabit dito
Parang ibon ng paraiso na nakakapit sa hawla nito
Kaya kung bubuksan mo ang pinto ng hawla
Nag-aalangan ang ibon na umalis
Dahil sa nakasanayan at sa tagal ng oras na ginugol sa
loob ng hawla

?Hindi ba't nakakagulat iyon
Ayaw umalis ng ibon sa makitid nitong teritoryo
Patungo sa kalayaan ng walang katapusang espasyo
?Kanino siya nanggaling
Ito ay naaangkop din sa atin
Dahil nabuhay tayo nang matagal na panahon
Sa pisikal na hawla
Nangangamba kami sa kanyang pag-alis sa mas
malawak na abot-tanaw

Ngunit itinuturo ng karunungan na tayo ay
Pagpapalaya sa Ibon ng Kaluluwa
Mula sa kulungan ng mga paghihigpit
At ilalabas ito sa walang hanggang kaharian ng
kamalayan

Muli nilang mararanasan ang panloob na kagalakan
Ang batas ng galaw ay batay sa batas ng sanhi at
bunga, o kilos at reaksiyon

Ang taong ipinanganak na mabuti sa buhay na ito ay
ganito rin sa nakaraang pagkakatawang-tao {dahil sa mga
gawa ng kanilang mga kamay} at kung siya ay magsisikap
na gumawa ng mabuti, ang timbangan ng kabutihan ay
lalong tataas sa kanyang pabor (sa kanya na mayroon, higit
.pa ang ibibigay at higit pa)

Ang mga nagtataglay lamang ng ilang mabubuting
katangian ay maaaring mawalan kahit ng kaunti dahil sa
.masasamang tendensiyang umaatake at nananaig sa kanila
Ang isang taong may hilig sa kasamaan ay dapat na
nagtataglay ng masamang tendensiyang iyon sa nakaraang
buhay, at ang masasamang tendensiyang ito ay maaaring

magpatindi at kumontrol sa mga ito. Ang mga may tendensiya sa paggawa ng mali ay ganoon din noon, at kung ang kabutihan ay mas matimbang kaysa sa kasamaan, ang mga mabuting katangian ay magtataboy sa mga tendensiya .sa paggawa ng mali mula sa kanilang mga kaluluwa Ito ang natural na paggana ng batas ng sanhi at bunga (karma). Gayunpaman, hindi dapat makaramdam ng kawalan ng kakayahan at pagkakulong ang isang tao kung sakaling mayroon siyang mga hindi kanais-nais na gawi na nais niyang alisin. Ngayon na ang tamang panahon upang madaig ang mga gawi na iyon sa pamamagitan ng paglinang .ng nakaraang determinasyon at matinong pag-iisip Maaaring palayain ng isang tao ang kanilang sarili mula sa pagkakahawak ng masasamang gawi at lumikha ng mabubuting gawi sa isip at gawa, na magdadala sa kanila ng .ninanaais na mga resulta

Gaano man kalalim ang nakatanim na masasamang gawi sa isang tao, dapat nilang tandaan na sila mismo ang lumikha ng mga gawi na iyon sa pamamagitan ng pag-uulit ng mga partikular na kaisipan at kilos, at maaari nilang palitan ang mga masasamang gawi na iyon ng mabubuti sa .pamamagitan ng positibo at nakabubuo na pag-iisip Ang mabuti at masamang kaisipan ay magkasalungat na estado ng kamalayan ng tao. Natural lang, mas mainam na magkaroon ng kaaya-ayang panaginip kaysa dumanas ng nakakatakot na bangungot. Ang kamalayan ay nababaluktot at sensitibo; maaari nitong ipagpalagay ang anumang estado na naisin nito o managinip ng mga panaginip na nakakaakit dito. Gayunpaman, ang problema sa mga tao ay hinahayaan nila ang kanilang larangan ng kamalayan—sa kanilang sariling malayang kalooban at pagpili—na pamahalaan ng mga lihis na tendensiya at maling oryentasyong nagmula sa mga nakaraang gawi. Kaya, ang kanilang mga kapangyarihan sa pag-unawa ay nananatiling takas at naaanod, gayundin ang metapisikal na

pangangalaga na nakaugat sa likod ng mga kuta ng pag-
.unawa at persepsyon

Kapag ang mga taong nalasing sa mga mapaminsalang
gawi ay nalasahan ang pait ng sakit na dulot ng isang hindi
natural na buhay, babaling sila sa liwanag ng pag-unawa at
matuwid na pamumuhay sa paghahanap ng kaligtasan,
gaano man kalalim at kapanira ang kanilang masasamang
.gawi

Pagkatapos, kung magsisikap silang bumuo at mag-
aruga ng mabubuting gawi sa pamamagitan ng
pagsasagawa ng maayos na pamumuhay, matutuklasan
nilang muli ang panloob na kagalakan at masisiyahan sa
kapayapaan bilang natural na resulta ng pagpipigil sa sarili
.at paglinang ng mabubuting gawi

Hinihiling namin sa Diyos na Makapangyarihan na
pagkalooban tayo ng tulong upang mapalaya ang ating mga
sarili mula sa lahat ng mga hadlang at gabayan ang ating
.mga kaisipan sa tama at kapaki-pakinabang na mga landas

Ispiritwal na kamalayan

May mga taong gumugugol ng kanilang buhay

May mapurol na pag-iisip at kaunting pang-unawa

Kumakain sila at natutulog

At nasisiyahan sila sa ilang kasiyahan

Bihira silang mag-isip nang malalim

Sa katunayan, karamihan sa mga tao

Hindi sila umaabot sa sapat na lalim

Sa dagat ng mga espirituwal na ideya

Dahil kumbinsido sila na ang materyal na mundo

Ito ang lahat ng bagay na umiiral

Ngunit ang buhay na ito

Panaginip na panandalian lamang

?Kaya bakit ang pagmamadali at ang paghingal

?At sinusubukang makuha ang pabor ng mundo

Hindi ba't mas mabuti

?Sinusubukan mo bang palugdan muna ang Diyos

Ang mga hayop ay walang malayang pagpapasya
Dahil itinali siya ng Diyos gamit ang kanyang mga likas
na ugali

Ngunit itinanim niya ang karunungan sa tao
Ang mga tao ay may kalayaan
Alinman sa pagtaas o pagbaba
Pagpili ng mabuti o masama
Kapag ang kamalayan ay nalulunod
Sa magaspang na sensual na kasiyahan
Ito ay pinangungunahan ng siksik at madilim na mga
konsepto

Bumagsak siya mula sa paraiso ng kaligayahan
Nawawalan siya ng espirituwal na kaligayahan
At ang pananaw ng kaluluwa ay nabubulag
Hindi niya mahanap ang daan patungo sa Diyos
Ngunit posible na gawing espirituwal ang kamalayan
Sa pamamagitan ng pagninilay-nilay sa Diyos
At taos-puso at malalim na pagsusumamo sa Kanya
Upang ang mapagpalang pinto ay mabuksan
Patungo sa Kaharian ng Liwanag at Kaligayahan
nakatago sa pinakamalalim na kaibuturan ng kamalayan
Mula sa kaban ng gurong Paramahansa
Mga damdamin at gabay



Mga Aral ng Master Paramhansa Yogananda
Kapag ang puso ay kasama ang isang tao
Hinihila siya nito palapit dito

Lahat ng katangian ng taong iyon
?Sino ang nag-iisip ng mabubuting tao
Ang kanilang kabaitan ay ipinapasa sa kanya
At ang mga taong may pagmamahal na nakatuon sa
mga taong nagbibigay-inspirasyon
Dumarating sa kanya ang mga inspirasyon
At sinumang sumama, kahit sa isip
Mga taong may konsensya
marangal na moralidad
At ang marangal na hangarin
Ibinabahagi niya ang kanilang kadakilaan at moralidad
Dahil ang pag-iisip ay parang magnet na nagpo-polarize
Ang gusto ay umaakit ng gusto
Magandang araw at kapayapaan ang sumainyo

Lahat ay naghahanap ng pangmatagalang kaligayahan
Huwag kang maging abo sa iyong kamay
Ang pananaliksik na ito ay humahantong sa maraming
Mula sa mga ilusyon, problema, at pagkabigo
Hinahanap ng mga tao ang panibagong kaligayahan
Hindi ito nalalanta, nababawasan, o nawawala
At ang tao ay natututo mula sa kanyang mga karanasan
Ang kaligayahan sa lupa ay kaligayahan
Panandalian at hindi permanente
Madalas niyang natutuklasan na pagkatapos niyang
mahanap ang kanyang hinahanap
Hindi pa rin siya kuntento sa kanyang nakamit
Pagkatapos ay hinahangad niyang matupad ang isa
pang hangarin
Nang hindi natatagpuan ang inaasam na kaligayahan
Gayunpaman, sinubukan niya ulit
!Balik tayo sa dati at iba pa
Ang tunay na kagalakan ay ang kagalakan ng
espirituwal na pagkaunawa

Ang kagalakan ng pagninilay-nilay sa Diyos at
pakikipag-ugnayan sa Kanya
Ang kagalakan ng kapayapaan at katahimikan ng puso
Ang saya ng banal na pag-ibig
At magmahal sa iba nang may pagmamahal na iyon
At ang saya ng isang matatag at matibay na
pakiramdam ng katiyakan
Na ang kaluluwa ay imortal
At ang kanyang kaligayahan ay kasama niya
Kahit pagkatapos umalis
Ang pansamantalang pag-iral na ito sa lupa

Panginoon, tulungan mo ako
Upang matagpuan ko ang aking kaligayahan sa iyo
Sana'y masiyahan ako sa mundo
At sa pagtupad sa aking mga tungkulin sa lupa
At turuan mo ako kung paano pagandahin ang aking
mga pandama
Para mapag-iba mo ang mabuti at masama
Kaya temasahin lamang ang mga bagay na kapaki-
pakinabang at mabuti
Hayaan mong temasahin ko ang mga kasiyahan sa lupa
Espirituwal na kasiyahang pinapalusog ng iyong dalisay
na kagalakan
At tulungan mo akong mabuo ka
Isang mahalagang bahagi ng aking buhay
At isang mahalagang elemento para sa pagsasagawa ng
aking pang-araw-araw na gawain
Pakiramdam ko kasama kita
Palagi
At sa bawat antas

kalooban ng tao
Ito ay repleksyon ng banal na kalooban
At kapag ito ay ginagabayan ng karunungan

Ang kanyang kapangyarihan ay nagiging walang
limitasyon
Ang banal na kalooban ang namamahala sa kosmikong
enerhiya
Upang makinabang mula sa kosmikong enerhiya
Kaninong stock ang hindi nauubusan
Hindi nauubusan ang suplay nito
Dapat itong ilipat sa katawan
Sa pamamagitan ng mga alambre ng positibong pag-
iisip
at tunay na pagkakaisa
Sa banal na kalooban

Hindi pinapayuhan ng mga mahuhusay na guro ang
katamaran at kapabayaan; sa halip, itinuturo nila ang landas
ng balanse. Natural sa isang tao na magtrabaho upang
mapanatili ang kanilang katawan at matustusan ang
kanilang damit at pagkain. Gayunpaman, kung ang mga
tungkulin ng isang tao ay pinahihintulutang sumalungat o
.sumalungat sa iba, hindi iyon isang tunay na tungkulin
Libu-libong negosyante ang abala sa pag-iipon ng
kayamanan, ngunit nananatiling walang pakialam sa sakit at
mga problema sa puso na dulot nila sa kanilang sarili. Kung
ang paghahangad ng luho ay nagiging sanhi ng
pagpapabaya ng isang tao sa kanilang tungkulin na
mapanatili ang kanilang kalusugan, kung gayon hindi ito
.isang tungkulin

Ang isang tao ay dapat lumago sa isang maayos at
balanseng paraan. Walang saysay ang labis na pagtuon sa
pagpapaunlad ng isang malakas na katawan kung ang utak
sa loob ng katawang iyon ay mahina. Dapat ding paunlarin
.ang isip

Sinumang may mabuting kalusugan, komportableng
buhay, at malakas na pag-iisip, ngunit kulang pa rin sa
.kaligayahan, ay hindi pa nagtatagumpay sa buhay

Sinumang makapagsabing, "Ako'y masaya at walang sinuman ang makakaagaw ng aking kaligayahan," ay nakarating na sa tugatog ng tagumpay at natagpuan ang .pinagpalang imahe sa loob ng kanyang sarili

Dapat ipagmalaki ng tao na nilikha siya ng Diyos ayon sa Kanyang wangis. Ngunit kung siya ay magyayabang, magagalit, o madaling magalit, at minamaliit ang iba, at kung aalis siya sa katawan na nasa ganoong kalagayan ng .pag-iisip, hindi siya makakaramdam ng malapit sa Diyos

Minsan, isa sa mga tauhan ng Diyos ay naliligo sa ilog nang may dumating na isa pang lalaki at nagsimulang hugasan ang kanyang kabayo malapit sa matuwid na lalaking iyon, sinasadya at walang ingat na sinabuyan ito ng tubig. Nagalit ang mga alagad ng santo at nais nilang hampasin ang mananalakay at palayasin siya, ngunit sinabi sa kanila ng kanilang guro, "Huwag ninyong gawin iyan, ".kundi hayaan ninyo siyang mag-isa

Bigla, sinipa ng kabayo ang amo nito, nabasag at natanggal ang ilan sa mga ngipin nito. Mapagmahal na nilapitan siya ng mabuting lalaki at sinimulang alagaan at pagalingin. Mahigpit na batas ng kalikasan, hindi ang santo, .ang nagparusa sa makasalanan

Ang Diyos at ang Kanyang mga batas na pansansinukob ay walang pagod at patuloy na gumagana upang maibsan ang pagdurusa ng lahat ng nagtitiwala sa Kanya, humihingi ng Kanyang tulong, at sumusuporta at naghihikayat sa isa't isa sa paglalakbay sa buhay {At ang Diyos ay laging handang tumulong sa Kanyang lingkod hangga't tinutulungan ng lingkod ang kanyang kapatid}

Maaaring maghintay ang ibang mga bagay

Ang lahat ay umiiral dahil ang Diyos ay umiiral At dahil Siya ay umiiral, tayo ay umiiral, at salamat sa Kanyang kabutihan at pag-iral, taglay natin ang kasaganaan at kagalakan ng buhay. Samakatuwid, ang ating pasasalamat sa Diyos ay dapat na maging malalim at ang ating

pasasalamat ay maging napakalaki, sapagkat sinasabi Niya,
"Kung kayo ay magpapasalamat, tiyak na pararamihin Ko
kayo [sa biyaya]," at dapat tayong magpasalamat sa Diyos
.nang walang humpay

Walang kapantay ang kahalagahan ng Diyos sa
sangkatauhan, ngunit karamihan sa mga tao ay nagbibigay
ng sukdulang kahalagahan sa materyal na buhay at
.samakatuwid ay hindi tunay na nakikilala ang Diyos

Ang mga materyal na tungkulin at mga obligasyong
panlipunan ay dapat tuparin habang iniisip ang Diyos, dahil
ang Anghel ng Kamatayan – nawa'y humaba ang inyong mga
buhay – ay kumukuha sa mga naninirahan sa mundo araw-
araw, isa-isa, at maaaring kailanganin nating lisanin ang
.mortal na tahanan na ito anumang oras

Dapat nating pangasiwaan ang ating mga gawain sa
mundong ito nang may malinis na konsensya habang
pinapanatili ang ating mga kaisipan na konektado sa Diyos.

Sinisikap kong maglingkod sa lahat, ngunit kapag ako ay
nag-iisa sa pagmumuni-muni, hindi ko pinapayagan ang
sinuman na istorbohin ang aking pagmumuni-muni.
Maaaring maghintay ang iba pang mga bagay, ngunit dapat
tayong magkaroon ng pang-araw-araw na appointment sa
Diyos, na nagbigay sa atin ng lahat ng kailangan natin sa
.mundong ito

Habang inilalabas ng Kanyang Kagalang-galang na
Hukom ang kanyang pangwakas na desisyon hinggil sa isang
maselang bagay na nangahulugan ng buhay o kamatayan
para sa ibang tao, kasabay nito ay iniisip niya ang mga
problemang pangtahanan na nangyari sa kanya nang araw
na iyon at nagalit dahil hindi ipinatupad ang kanyang
!tuntunin sa tahanan

Kung ang naturang hukom ay maglalabas ng hindi
makatarungang desisyon na hahantong sa pagkamatay ng
isang inosenteng tao dahil sa kakulangan ng pokus, siya
naman ay mahaharap sa akusasyon at hahatulan sa harap

ng Kataas-taasang Hukom, ang Hukom ng lahat ng kasalanan: ang pangkalahatang batas na walang kinikilalang .paboritismo at kung saan walang lugar para sa nepotismo
Malaking bilang ng mga tao ang hindi epektibo sa pagkita ng pera at hindi matagumpay sa pamamahala ng negosyo

Kulang sila sa karunungan upang maunawaan ang mga bagay-bagay dahil kapag sila ay nasa kanilang mga lugar ng trabaho, iniisip nila ang kanilang mga problema sa tahanan, at habang nasa bahay, ang kanilang mga isip ay abala sa .mga alalahanin sa trabaho

Kaya naman, hindi dapat magpokus sa higit sa isang bagay nang sabay-sabay

Noong unang panahon, sa maghapon
Nakarating ako sa silid ng kamalayan
At ang mga bintana ng mga himig ay bumukas
Ang mga tanawin, ang bango, ang lasa, ang haplos
At hiniling ko ang pinakamaselang himig at ang pinakamagagandang kulay
Para siya ay lumapit at umindayog sa harap ko at sumayaw

Minsan natatawa ako at minsan naiiyak ako
Kapag lumuluha ang aking mga mata
Masakit sa akin ang mga sugat ng karanasan
Isara ang pinto ng mga pandama
At pumasok sa isang walang limitasyong espasyo
Sa mundo ng pagtulog at panaginip
Doon ako nakahiga nang mapayapa at nagpapahinga
Sa ilalim ng kumot ng kadiliman
Pagkatapos kong makapagpahinga nang sapat
Mula sa pagkakatulog, binuksan ko ang isa pang pinto
At pumasok sa silid ng panaginip
Kaya nanonood ako ng mga pelikulang eksperimental at pananaliksik

Sa sinehan ng walang malay
Kung saan ako nagtatrabaho ayon sa gusto ko
At hinabi ko ang mga pangarap na pelus ng matatamis
na alaala

Sa mga kurtinang seda
Dito, isulat ang pangalan ng minamahal na kosmiko
Pero kapag nasa labas ako ng dalawang silid na ito
Minsan sinasadya kong sumubok sa hindi kilalang
kaibuturan ng sansinukob
Pagtagumpayan ang pinakamadilim, pinakamapang-
aping kadiliman

Pagtawid sa malalalim na lambak
Pag-abot sa mga dalampasigan ng walang hanggang
kalawakan

Doon sa mundo ng pagkakaisa
Walang duo, walang pangarap
Walang abala, walang sakit
Bagkus, isang komprehensibong pananaw
At patuloy na nababagong kagalakan
At ang liwanag ng kalangitan at lupa

Mas mamuhay tayo nang mapayapa kasama ang Diyos
Kailanman natin kaya
pamumuhay nang mapayapa
Sa ating sarili at sa mundo
Sikapin nating laging idirekta ang ating mga iniisip
Patungo sa ganap at walang hanggan
Walang kaligayahang maihahambing
Taglay ang kagalakan, hinahanap ko ang Diyos
At kontakin siya
Palibutan ang iyong sarili ng magagandang kaisipan
Ang mga ideyang ito ay makakatulong sa iyo
Papalapit nang papalapit
Sa Diyos nagmumula ang lahat ng kabutihan at
kagalakan

Kapayapaan at pagmamahal sa lahat

Yunit sa senso

Mula sa kanyang natatanging kamalayan: ang

indibidwal na esensya

Diyos ang lumikha ng senso

Sinusubukan niyang makuha ang bilang

Muling balik sa pagkakaisang kosmiko

Kapag ang bagyo ay humahampas sa ibabaw ng

karagatan

Lumilikha ito ng hindi mabilang na mga alon

Kapag humupa na ang bagyo

Ang mga alon ay bumabalik sa puso ng karagatan

Sa pagkakaiba-iba at pagkakaiba-iba ng paglikha

Mayroong likas na nakatagong yunit

Kung paanong ang karagatan ay siyang diwa ng mga

alon

Ang kamalayan sa pamilya ay naglalapit sa mga tao sa

isa't isa

May mga pinuno ang mga bansa na siyang

magbubuklod sa kanila at gagabay sa kanilang landas

May mga grupong panlipunan na nagbabahagi ng mga

karaniwang isyu

Kapag natagpuan ng tao ang Diyos

Natuklasan niya na ang lahat ng puwersa ay nagkakaisa

sa loob niya

Nililiwanagan niya ang kanyang isipan

Isang bagong pananaw sa buhay ang lumilitaw sa

kanyang kamalayan

Ang buhay ay nagiging matamis

At ang kapayapaan ay pumupuno sa kaluluwa

At ang mga abala ng buhay ay nagbabago

Sa isang bagay na parang panaginip

Kapag ang naghahanap ay nakapagtapos na sa
paaralan ng buhay at dumating ang panahon para umakyat
siya sa mas mataas na antas, siya ay labis na natutuwa,
napagtatanto na mahusay ang kanyang nagawa sa laban ng
buhay at nakamit ang biyaya ng Diyos, at nakakasiguro sa
.nalalapit na pakikipagkita sa Kanya
Kasama ang minamahal sa lahat, ang kanyang mga
pananabik ay lumalaki, at ang mga pananabik na iyon ay
nagiging espirituwal na panggatong na walang kahirap-hirap
na nagdadala sa kanya sa mga lupain ng kapayapaan,
liwanag, at patuloy na nababagong kaligayahan na walang
.katapusan

* * *

Ang mga ulan ng banal na awa ay hindi nagtitipon sa
matatayog na tuktok ng kapalaluan, bagkus ay madaling
!dumadaloy pababa sa mga lambak ng pagpapakumbaba
Nagsalita si Guro Paramahansa tungkol sa mabilis na
paraan kung saan, sa pamamagitan ng biyaya ng Diyos, tayo
ay napalaya mula sa mga ilusyon ng panlilinlang sa kosmiko.
:Aniya

Sa sansinukob na ito, tila tayo'y nalulunod sa dagat ng"
mga problema at sakit, kaya't tayo'y niyayanig ng Diyos
upang gisingin tayo mula sa nakakatakot na bangungot na
".ito

Sinabi niya, habang pinapalakas ang loob ng isa sa mga
:disipulo

Alamin mo na lahat ng iyong hinahanap at marami"

"pang iba ay naghihintay sa iyo sa Diyos

Sinabi niya sa isang estudyante na tila malalim na

:nakaugat sa masasamang gawi

Kung kulang ka sa determinasyon, sikaping paunlarin"

ang kapangyarihan ng hindi sinasadyang pagkilos (ibig
sabihin, ang hindi sinasadyang pagkilos ng hindi paggawa ng
"pagkakamali)

Mga pagpapatibay sa sarili

Ngayon ay babasagin ko ang imahe ng kamangmangan
Na siyang dumudungis sa santuwaryo ng kaluluwa sa
loob ko

At aalalahanin ko na ang Banal na Liwanag ng Diyos
Ito'y patuloy na bumabalot sa aking pagkatao
At pinapawi nito ang kadiliman ng ilusyon sa aking
isipan at kaluluwa
At ang lumikha sa akin ay hindi ako iiwan
* * *

Sa ilalim ng bawat alon ng buhay
Ang masaganang karagatan ng banal na presensya ay
naron
Sa likod ng bawat tibok ng puso
Ang walang hanggang dagat ng kosmikong pag-ibig ay
nasa loob
* * *

Gabi-gabi kong sisiguraduhin sa sarili ko na hindi ako
ang katawan
Bagkus, ang espiritu na nananahan sa katawan
At ang aking espirituwal na pagkatao ay walang
hanggang imortal
Paggising ko, maaalala kong kumpirmahin itong muli
* * *

Sa istruktura ng pagtulog, ako'y gagaling at
magpapanibago ng aking lakas
Pero hindi sapat iyon
Kailangan ko ng isang santuwaryo ng katahimikan at
pagmumuni-muni
Kung saan ako makakapagpahinga araw-araw
Upang galugarin ang mga abot-tanaw ng aking
kamalayan
At tuklasin ang mga sikreto ng aking kaluluwa
Ang kahulugan ng katahimikan
Ang katahimikan ay nangangahulugang nakakakalmang
mga kaisipan

Pagpapakalma ng katawan at pagkontrol sa mga
pangangailangan nito
Sinumang makakagawa niyan ay makakaranas ng
nakakapreskong katahimikan
Makakaramdam siya ng mga kahanga-hangang alon at
impresyon mula sa mga pinong mundo
At sinumang sumisid nang mas malalim sa katahimikan,
kung gayon
Matutuklasan niya ang kaharian ng Diyos sa loob niya
Hangga't ang isang tao ay naglalakad sa kalsada
Napakahalaga ng bawat sandali ng kanyang oras
Nandito kami sa lupang ito (ang bahay-daan) nang
maikling panahon
Lahat ay panandalian, ngunit ang damdamin ng Diyos
ay walang hanggan
Walang makakabura nito sa puso't kaluluwa
Huwag nating hayaang maimpluwensyahan tayo ng
mga tukso ng mundong ito
Sa pamamagitan ng pagtalikod sa atin mula sa ating
pinakadakilang layunin at pinakamataas na mithiin: ang
Diyos
Posible ang pagkilala sa Diyos
Kailangan nating mahanap ang panginoon ng mga
sansinukob
Mula kaninong liwanag kumikislap ang mga bituin
At sa Kanyang kapangyarihan, tumitibok ang mga puso
Kailangan natin siyang hanapin sa Templo ng
Katahimikan
Kapag tayo ay tumatawag sa Diyos nang may
pananabik at pananabik
At kapag iniisip natin siya nang may nag-aalab na
pananabik
Hahanapin natin siya
Hindi ko tinutukoy ang isang hindi kilalang diyos

Bagkus, ito ay tungkol sa isang Panginoong aking
nakilala

At totoo ito para sa akin
Ito ay mas totoo kaysa sa lahat ng pisikal na bagay
Ito ang banal na dagat na siyang sumusuporta at
nagpapatatag sa mga alon ng ating buhay bilang tao
Kaya nating mabuhay nang wala ang lahat maliban sa
Diyos

Nais ng Diyos na tayo ay magbigayan sa isa't isa
Dapat nating tandaan na sa ating paghahangad na
matugunan ang ating mga pangangailangan, dapat din
nating tulungan ang iba sa kanilang mga pangangailangan
.at ibahagi ang ating kinikita sa mga kapus-palad
Tandaan natin na tayo ay mahalagang bahagi ng
pandaigdigang pamilya at hindi tayo mabubuhay kung wala
ito. Paano kaya ang buhay kung wala ang karpintero, ang
imbentor, o ang magsasaka? Sa pamamagitan ng
pagpapalitan ng mga serbisyo at kadalubhasaan, nais ng
Diyos na isipin natin ang iba, dahil isang malaking
.pagkakamali ang mabuhay para lamang sa sarili
Kapag iniisip natin ang sarili nating kaligayahan, dapat
din nating isipin ang pagpapasaya sa iba. Hindi natin
.kailangang isuko ang lahat
Alang-alang sa pandaigdigang pamilya, dahil imposible
iyon. Ngunit dapat tayong makiramay sa iba at isaalang-
.alang ang kanilang mga pangangailangan bilang ating sarili
Nais ng Diyos na magbigay tayo sa isa't isa gaya ng
ating pagtanggap sa isa't isa, dahil ang iba ay siyang ating
.mas dakilang sarili
Tumugon at itaboy ang mabangis na pag-atake ng
panlilinlang
Hangga't ang isang tao ay biktima ng galit, selos, at
inggit, hindi sila malaya. Dapat silang maging mga
panginoon ng kanilang mga emosyon at kilos, at palayain

ang kanilang sarili mula sa mapanirang mga likas na ugali,
.walang pigil na mga pagnanasa, at maling mga pagnanasa
Kung ikaw ay lubos na tapat sa iyong sarili, ang
karunungan ay susuporta sa iyong pag-iisip, ang katuwiran
ay gagabay sa iyong desisyon, at ang pang-unawa ay
.magbibigay-liwanag sa iyong isipan

Ang mga binhi ng mga nakaraang kilos na dulot ng
kamangmangan ay dapat "ihawin" sa apoy ng pagninilay at
karunungan upang hindi na muling sumibol at lumago. Ito
ang paraan upang maitaboy at mapigilan ang mabangis na
.pag-atake ng panlilinlang

Ang kosmikong ilusyon - o si Satanas - ay nililinlang ang
tao gamit ang mga maling pangako at mapang-akit na tukso
upang habulin ang malikmatang kasiyahan ng laman at
kinokontrol ang kanyang mga kakayahan dahil ipinapangako
niya sa kanya ang makamundong kaligayahan na walang
katotohanan, at sa gayon ay nagsusumikap na pigilan siyang
matikman ang mga bunga ng tunay na kaligayahan na
.sagana sa mga hardin ng kaluluwa

Alam ng matatalino ang pagkakaiba ng katotohanan at
ilusyon at mahusay sa pag-unawa. Habang mas malalim
silang sumasaliksik sa pagmumuni-muni, nagiging malalim
ang kanilang kamalayan sa kahalagahan ng malayang
pagpapasya at ang pangangailangang gamitin ang kalayaan
sa pagpili upang gawin ang tama at maiwasan ang mga kilos
na may mapaminsalang kahihinatnan at hindi kanais-nais na
.mga resulta

Isa sa mga disipulo ang nagtanong sa gurong si
Paramahansa tungkol sa kanyang opinyon tungkol sa
:tadhana, kapalaran, pagdurusa, at sakit, at sinabi niya
Hinuhubog ng mga tao ang kanilang sariling kapalaran
sa pamamagitan ng kanilang kagustuhan at tinutukoy ang
kanilang kapalaran sa pamamagitan ng kanilang mga
intensyon at kilos. Mapapalaya mo ang iyong sarili mula sa
pagdurusa kung pipiliin mo ito. Hindi nais ng Diyos, na ang

esensya ay pag-ibig, na ang Kanyang minamahal ay magdusa sa mga pinsala ng sakit bilang resulta ng mga maling kilos at maling pag-iisip. Pinagkalooban Niya ang sangkatauhan ng kapangyarihan ng pag-unawa at kalayaan sa pagpili. Gayunpaman, dahil sa mga maling desisyon at hindi matalinong pagpili, ang mga tao ay nagdudulot ng .pagdurusa at sakit sa kanilang sarili at sa iba

Dapat kang maging malaya at huwag hayaang kumpiskahin ng sinuman ang iyong desisyon o mangibabaw sa iyo, at huwag hayaang pigilan ka at kontrolin ng kapaligiran, mga kaugalian, at mga maling tradisyon ang .iyong pamumuhay

Kumilos nang may karunungan, makinig sa tinig ng konsensya, isaalang-alang ang mga kahihinatnan ng mga kilos bago magpatuloy sa iyong balak gawin, iwasang makasakit ng iba dahil sa iyong maling pag-uugali, at .humingi ng tulong at patnubay sa Diyos

Paggawa ayon sa mga panloob na alituntunin

Dapat muna nating tukuyin ang ating layunin, pagkatapos ay humingi ng gabay mula sa Diyos upang gabayan tayo sa angkop na aksyon kung saan maipapahayag natin ang ating potensyal. Dapat tayong magnilay-nilay hanggang sa maging kalmado ang ating mga isipan at malinaw nating makita ang susunod na hakbang. Pagkatapos, dapat tayong kumilos ayon sa panloob na gabay na natatanggap natin, at makakamit ang ating .ninanais na resulta

Kapag naging kalmado ang isip, mabilis at madali mong mauunawaan ang mga bagay-bagay, at napakaganda niyan!

Makakamit mo ang iyong minimithi, at ang tagumpay ay isusulat para sa iyo sa lahat ng bagay sa maikling panahon dahil ang puwersang kosmiko ay kayang ipatupad ang .tamang batas at patunayan ang paggana nito

May mga nagsasabi na ang ating mga selula ng utak ay hinuhubog ng ilang mga gawi na hindi na maaaring

mapabuti o baguhin. Hindi ito tama. Dahil nilikha tayo ng
Diyos ayon sa Kanyang wangis, walang makakapigil o
makakapigil sa ating pag-unlad. Kung susuriin natin ang
ating mga sarili, matatanto natin ang katotohanan nito, sa
.tulong ng Diyos

Ang bawat tao ay kumakatawan sa walang hanggang
kapangyarihan
Dapat nating ipakita ang ating lakas sa lahat ng ating
ginagawa

Kapag gusto nating lumikha ng isang bagay
Hindi tayo dapat umasa lamang sa mga panlabas na
mapagkukunan

Bagkus, dapat tayong sumisid sa kaibuturan ng ating
pagkatao

Hinahanap namin ang walang hanggang pinagmumulan

Lahat ng matagumpay na pamamaraan ng trabaho
Lahat ng imbensyon

At lahat ng pinong musikal na mga vibrations

Mga nakaka-inspire na ideya

At ang pinakamaganda at pinakakahanga-hangang mga

gawa

Nakatala sa mga talaan ng Diyos

Hinanap kita sa paglipas ng mga panahon at panahon

Sa mga landas ng mga hangarin at ambisyon

At ngayon napagtanto kong ikaw ay nananahan sa loob

ko

At ito ang nagbibigay inspirasyon sa aking

pinakasagradong damdamin

Huwag ka nang magtago sa akin

Sa likod ng mga bulaklak ng emosyon

Mga saloobin at ang pulso ng kaluluwa

Palamutihan mo ang aking kaluluwa ng mga hiyas ng

iyong karunungan

At ipagkaloob mo sa akin ang mga simoy ng Iyong

kaligayahan

Alisin mo sa akin ang kadilimang bumabalot sa iyo
Tungkol sa aking paningin at aking pag-unawa
O Ikaw na nasa kabila ng mga bituin at bughaw na
langit

At lampas sa mga patong ng atmospera at lahat ng
nilalang at nilalang

Tanggapin ang aking mga bulong ng pag-ibig
Ilubog mo ang aking pagkatao sa iyong pagmamahal, sa
iyong liwanag, at sa iyong kapayapaan
Ipakita mo sa akin ang iyong pinakabanal na mukha
Ramdam kita sa kaibuturan ng aking mga iniisip
Ramdam ko ang iyong presensya sa aking
pinakamalalim na damdamin

At nakikita kitang namumulaklak sa hardin ng aking
pag-ibig

Punuin mo ako ng halimuyak ng iyong presensya
Nawa'y masiyahan ako sa iyong pinagpalang halimuyak
Halika sa akin mula sa kabila ng langit at mga bituin
At mga iniisip at nararamdaman
Ipakita mo sa akin ang iyong pinakabanal na mukha
Hayaan mong maramdaman ko ang iyong presensya sa
aking kaluluwa
At ang mga nakapaligid sa akin
Kahit saan

Ang mga sumusunod na talata ay mula sa magasin na *
Inner Culture* at hinango sa mga turo ni Master Paramhansa
Ang sikreto sa tagumpay ay nakasalalay sa paglinang
ng positibong pag-iisip: isang kamalayan sa kasaganaan,
kasaganaan, optimismo, kaligayahan, at tagumpay. Ito ang
bumubuo sa loob natin ng isang matibay na kuta na
nakakayanan ang pagdagsa ng mga masasamang
.pangyayari, na pangunahing gawa ng tao
Dapat tayong magsikap na makamit ang kapayapaan at
pagkakasundo, at mapagtanto na hindi natin maaaring
dalhin sa ating sarili ang anumang bagay na wala pa sa atin,

at magtiwala na ang Diyos ang pinagmumulan ng lahat ng
mabubuting bagay at kasiyahan, at ayon sa ating
pananampalataya at positibong pananaw, ibubuhos Niya sa
atin ang Kanyang biyaya at pupunosin tayo ng Kanyang mga
.pagpapala

Alam ng mga propeta at mga dakilang tao ang sikreto
ng tagumpay, at higit na pinanatili ng kasaysayan ang
kanilang mga pangalan kaysa sa mga pangalan ng mga hari
at imperyo, at hindi mabubura ng panahon ang kanilang
.mga pangalan sa talaan ng kanilang pag-iral

Sinubukan ng mga panginoon sa Silangan ang bawat
kilala at nasubok na batas upang makamit ang materyal na
kasaganaan at espirituwal na kayamanan. Kung ang iba ay
natuto at nakinabang mula sa pilosopiyang ito upang
baguhin ang kanilang buhay para sa ikabubuti at kontrolin
.ang kanilang mga kalagayan, magagawa mo rin ang pareho
Sinumang dumihan ang kanilang isipan ng mga kaisipan
ng pagkabigo o pangangailangan ay makakaakit ng mga
kasama na ang mga kaisipan ay puno ng pangangailangan
at kabiguan, at lilikha ng isang kapaligiran na may parehong
.mga vibrations at kalidad

Ang ganitong mga kaisipan ay pumupuno sa kanilang
may-ari ng pagkabigo, kalungkutan, depresyon, at kawalan
ng pag-asa, kaya't lumalala ang kanyang kalagayan at unti-
unting lumalala ang kanyang sitwasyon, at sumusuko siya sa
.itinuturing niyang kapalaran at kapalaran

Walang sinumang natatalo maliban kung tinatanggap
niya ang pagkatalo bilang isang katiyakan, at kung siya ay
mabigo, ang kasalanan ay wala sa pamamaraan o sa batas,
.kundi sa taong gumamit ng batas nang mali

Kapag determinado tayong gumawa ng isang bagay at
sigurado tayo sa kadalisayan ng ating mga motibo at sa
kawastuhan ng ating desisyon, isinasantabi natin ang
pangamba at hindi natatakot sa mga pangyayari o

nagbibigay-pansin sa mga paghihigpit at limitasyon na
.nakapalibot sa mga pangyayaring iyon

Ano ang iyong pangangailangan? Ito ba ay katanyagan?

O personal na magnetismo? O kapangyarihan? O seguridad?

?O kalusugan? O kaligayahan? O kapayapaan

Kung alam mo ang gusto mo, at kung alam mo kung
paano makuha ang gusto mo, at kung handa kang gamitin
ang bawat tama at lehitimong paraan sa loob mo at sa
paligid mo, at kung malayang mangako ka sa iyong sarili at
gagawa ng matibay na determinasyon na hindi mo
tatanggapin ang pagkatalo, kung gayon ang iyong
hinahangad na makamit ay iyo na, at magagalak sa
.pagkamit ng iyong ninanais

Nang tanungin ang gurong si Paramhansa kung paano

:bibigyang-kahulugan ang kaalaman sa sarili, sinabi niya

Ang pagkilala sa sarili ay ang pagsasakatuparan,"

kasama ang katawan, isip, at espiritu, na tayo ay kaisa ng
kabuuan ng pag-iral ng Diyos. Hindi lamang tayo malapit sa
pag-iral na iyon, kundi ang kabuuan ng Diyos ay atin ding
kabuuan, at tayo ay malapit sa Kanya ngayon gaya ng
magiging malapit tayo sa anumang panahon. Ang kailangan
lang nating gawin ay pagbutihin ang ating kaalaman tungkol
".sa Kanya

Aniya: "Ang katapatan sa pagkumpleto ng maliliit na

gawain ay nagpapalakas sa atin upang kumapit nang
mahigpit sa mahihirap na desisyon na pipilitin tayong gawin
".ng buhay balang araw

Aniya: "May tatlong uri ng espirituwal na mga disipulo:

mga mananampalataya na dumadalo sa mga bahay-
sambahan at kuntento na doon lamang... mga
mananampalataya na nagmamahal sa isang buhay na may
integridad at katuwiran ngunit hindi gumagawa ng
kinakailangang pagsisikap na makilala ang Diyos... at mga
mananampalataya na determinadong tuklasin ang kanilang
"tunay na sarili sa Diyos

Aniya: "Mabilis na tinutupad ng Diyos ang anumang
pangangailangan ng kaniyang mga mananamba dahil
napalaya na nila ang kanilang mga sarili mula sa
makasariling mga motibo na sumisira sa mga pagsisikap at
"bumibigo sa mga pag-asa
Sa kailaliman ng mga bundok at tahimik na kalangitan,
sa kaibuturan ng aking kaluluwa at sa yungib ng
katahimikan, nararamdaman ko ang presensya ng Diyos at
.ang Kanyang walang hanggang kaligayahan
At iinom ako mula sa mga dalisay nitong bukal na hindi
tumitigil o natutuyo magpakailanman. Lulubog ako nang
malalim sa dagat ng pagmumuni-muni at pagninilay-nilay sa
.Diyos

Hanggang sa matagpuan ko ang mga perlas ng
karunungan at banal na kagalakan
Panginoon, bigyan mo ako ng isang mapagbigay na
espiritu

Para ibahagi sa iba ang kung anong meron ako
At tulungan mo akong makakita sa tahimik na lawa ng
aking isipan

Isang espirituwal na repleksyon ng buwan, na
nagniningning sa liwanag ng iyong presensya
Ngayon ay sisid ako nang malalim sa dagat ng
pagmumuni-muni at pagninilay-nilay sa Diyos

Hanggang sa matagpuan ko ang mga perlas ng
karunungan at banal na kagalakan

Mamahalin kita, Panginoon, higit sa lahat
Dahil kung wala ka, hindi ko kayang magmahal ng kahit
.sino o kahit ano

Sasambain kita, O Panginoon, na ang pag-ibig ay walang
kapantay

Sa trono ng bawat mabait at mapagmahal na puso
Sa buhay at sa kamatayan
Sa panahon ng kalungkutan at paghihirap

Ang aking pananampalataya sa Iyo, Panginoon, ay
nananatili

Malakas at hindi matitinag

Matatag at hindi matitinag

Bawat hininga ng aking pananabik at pagsusumamo

Bumukas ang mga pinto at bintana sa aking kaluluwa

Mula rito ay patungo ako sa kaligayahan ng Diyos

Tulad ng pagsikat ng araw

Sa mga pinaka-abalang kalsada

Sa gayon ay aking madarama ang mga sinag ng banal

na pag-ibig

Sa lahat ng mataong lugar

Para sa aking pang-araw-araw na gawain

Panginoon, pagpalain mo ako

Upang gisingin ang aking kaluluwa kasabay ng buwang-

liwayway

At dinadala ko ito sa iyong pinagpalang pintuan

* * *

Ang Diyos ay katahimikan ng kosmiko

Kung saan ang lahat ng bagay ay makikita

Mula rito nagmumula ang lahat ng naliwanagang ideya

Kaya susubukan kong magsanay ng katahimikan

Para maramdaman ko ang kanyang masayang

presensya

Alam kong nakikinig ang Diyos

Para sa bawat bulong ng aking pananabik

Ito ay pangkalahatang pag-ibig

Sa pamamagitan ng banal na pag-ibig

Mahahanap ko ito

Sa pamamagitan ng pag-ibig, ang naghahanap ay

lumalapit sa Diyos

Umiinom siya mula sa mga banal na bukal ng

kaligayahan

Panginoon, tulungan mo ako

Para ma-charge ang katawan ko

Ang iyong kosmikong kard
At upang pagalingin ang isip
Nang may pokus at optimismo
At pagalingin ang kaluluwa
Sa pamamagitan ng mga espirituwal na pananaw na
nagmumula sa pagmumuni-muni
Nawa'y mapagtanto namin, O Panginoon
Na ang mga pandama na kasiyahan ay mababaw at
panandalian lamang
Habang ang kagalakan ng kaluluwa
Ito ay totoo at patuloy na binabago
Ang Diyos ay hindi lamang isang salitang ating
binibigkas
Bagkus, ito ang esensya ng buhay at ang sikreto ng
pag-iral
Maaaring hindi natin alam ang lawak ng walang
hanggang kalawakan nito
Ngunit mararamdaman natin ang presensya nito
At ramdam natin ang kanyang presensya
Ngayon ay palamutihan ko ang santuwaryo ng
katahimikan
Kasama ang mga bulaklak ng banal na pananabik
At ako'y tumatawag sa Kanya, ang Diyos ng pag-ibig at
kagalakan
Hinihiling ko sa Diyos na ipakilala ang Kanyang sarili sa
akin
Sa pamamagitan ng aking espirituwal na mga mata
Makita ko kaya ang liwanag nito na kumakalat
Sa bawat sulok ng sansinukob
Lisipin ko ang mga mahahalagang bagay na kailangan
ko
Ipapagana ko ang aking lakas ng loob at malikhaing
kakayahan
Ako ay matiyaga at matiyaga

Upang makamit ko ang aking layunin sa tulong at
biyaya ng Diyos

Napagtanto ko na ang kalungkutan ay sanhi ng
kabiguan

Kaya naman, gagawin ko ang aking makakaya
Upang makamit ang walang hanggang kaligayahan
Sa pamamagitan ng hindi pagpapahintulot ng kahit ano
Sa pamamagitan ng panggugulo at paghadlang sa aking
paglalakbay patungo sa tagumpay
Gumuguhit ako ng mga mapa ng isip ng maliliit na
bagay

At nagtatrabaho ako sa pagsasakatuparan nito
Hanggang sa maabot ko ang aking malalaking pangarap
Sa tulong Niya, Siya'y dakilain
Tayo ay mga sinag ng liwanag ng Lumikha
Nabubuhay tayo sa limitadong panahon sa pisikal na
katawan

Ang mga sinag ay dapat bumalik sa kanilang
pinagmulan
Hindi ito nangangahulugan na ang katawan ay walang
halaga

Bagkus, hindi natin dapat isipin
Tayo ay sakop nito at ng mga limitasyon nito
Ang Diyos ay hindi nagpapakita ng pagtatangi
kaninuman

Bagkus, tumutugon ito sa pamamagitan ng isang
nakapirmi at hindi nagbabagong batas
Sinumang lumabag sa batas ng Diyos
Siya ang nagdadala ng parusa at paghihirap sa kanyang
sarili

At sinumang namumuhay ayon sa batas na iyon
Gagantimpalaan siya ng Diyos at sasagutin ang
kanyang mga panalangin
Sa pamamagitan ng panloob na kapayapaan at
kagalakan

Mag-aalay ako ng taos-pusong panalangin
Palagi kong ginagamit ang aking kalooban
Hanggang sa matanggap ko ang kasiya-siya at sapat na
mga sagot sa aking mga panalangin
Sentro para sa Espirituwal na Kamalayan sa Harap
Kung taos-puso kong susubukang tuklasin ang
katotohanan, gagawing madali ito ng Diyos para sa akin, at
makakatagpo ako ng kasiyahan
At kasiya-siyang mga sagot sa lahat ng mga tanong at
katanungan na maaaring pumasok sa aking isipan
Ang sentro ng espirituwal na kamalayan ay nasa noo, sa
pagitan ng mga kilay, kung saan matatagpuan ang
espirituwal na mata, na siyang pasukan patungo sa kaharian
.ng espiritu. Kaya naman, tututuon ako sa puntong ito
Napagtanto ko na ang aking kamalayan ay nagbabago
kasabay ng pagbabago sa aking kapaligiran, at samakatuwid
kapag nilason ako ng aking kapaligiran ng ilusyon at
panlilinlang, babaguhin ko ito tungo sa isang mas mabuting
.kapaligiran
Ang sikreto sa pagpapanatili ng pagkakaibigan
Isa sa mga estudyante ang nagsabi sa guro ng si
Paramhansa: "Guro, nahihirapan po akong panatilihin ang
".mga pakikipagkaibigang nabuo ko
:Sumagot ang guro
Piliin nang mabuti ang iyong mga kasama. Maging
palakaibigan at tapat sa kanila, ngunit laging magpanatili ng
.kaunting distansya
Hayaang ang respeto sa isa't isa ang maging ugnayan
sa pagitan mo at nila, at huwag lumampas sa hangganan ng
.kagandahang-asal sa kanila
Madaling makisama sa iba, ngunit kung gusto mong
mapanatili ang kanilang pagmamahal at respeto, dapat
.mong sundin ang payong ito
Sinumang kumukuskos ng magnet ng kanyang kaluluwa
laban sa kosmikong magnet nang may malalim na

konsentrasyon ay nagiging bahagi ng magnet na iyon,
nagkakaroon ng mga katangian nito, at nagdadala sa
.kanyang sarili ng lahat ng mabuti at matuwid

Mga pagpapatibay sa sarili

Mapapaunlad ko ang aking mga kasanayan sa
konsentrasyon at meditasyon, magbabasa ng mga kapaki-
pakinabang na libro at magagandang materyales, at
.magiging mas makonsiderasyon sa damdamin ng ibang tao
Pahalagahan ko ang lahat ng mabubuting bagay na
ipinagkaloob sa akin ng Diyos at hindi ko hihintayin ang mga
hindi kanais-nais na pangyayari upang maalala ko ang
.maraming biyayang ipinagkaloob sa akin ng Mapagbigay
Ngayon ay susubukan kong maging isang espirituwal na
magnet kung saan ako magdudulot ng kabutihan sa aking
.sarili ayon sa lakas ng atraksyon na taglay ko
Lahat ng bagay na nauukol sa katawan ay nabubulok, at
lahat ng bagay na nauukol sa kaluluwa ay walang
kamatayan at hindi nasisira. Kaya naman, hindi ko bibigyan
ng unang konsiderasyon ang mga materyal na bagay sa
.aking buhay

Kung hahanapin ko muna ang Diyos, lahat ng aking mga
kahilingan ay ipagkakaloob, at hindi mahalaga kung nakatira
ako sa isang maringal na palasyo o sa isang simpleng kubo.
Lalawak ang aking kamalayan at mamumukadkad ang aking
espirituwal na pag-unawa kung mamumuhay ako nang may
katapatan, sinseridad, at integridad, at kung aaliwin ko ang
iba at bibigyan sila ng habag, kabaitan, pagmamahal, at
.paghihikayat sa paglalakbay sa buhay

* * *

Isa sa mga estudyante ang nagtanong: "Guro, maaari
"?bang mawala nang tuluyan ang isang kaluluwa
:Sumagot si G. Paramhansa

Imposible! Dahil ang bawat kaluluwa ay isang hindi"
mapaghihiwalay na bahagi ng Diyos at samakatuwid ito ay

walang hanggan, imortal, hindi naaapektuhan ng
"pagkabulok

Isa sa mga disipulo ang walang itinanggi sa paghahanap
ng mga palatandaan ng espirituwal na pag-unlad, kaya't
:sinabi ng guro sa kanya
Kung magtatanim ka ng buto at huhukayin ito araw-"
araw para suriin ang paglaki nito, ang mga ugat nito ay hindi
".kakapit sa lupa at hindi ito tutubo
Alagaan mo siya nang mabuti, pero huwag kang
.masyadong mausisa

Mga Sulyap sa Espirituwal na Kaalaman

Para sa matalinong guro

Paramhansa Yogananda

**Lahat ng kaalamang hinahangad ng
sangkatauhan na makamit, sa bawat sangay ng
agham at sining, kabilang ang mga lihim ng atomo
Ang kasaysayan ng sansinukob at ng
sangkatauhan, lahat ay umiiral sa eter sa anyo ng
mga bibrasyon**

**Ang mga baybrasyong ito ay nakapalibot sa atin,
at may paraan upang direktang ma-access ang mga
ito. Ito ay sa pamamagitan ng pananaw ng kaluluwa.**

**Ito ang panahon ng lohika. Bawat karanasan ay
dapat suriing mabuti at may pag-unawa upang
maunawaan.**

**At sa pamamagitan ng pag-unawa sa nilalaman
nito, ang hadlang ng ilusyon ay maaaring
malampasan. May dahilan para sa lahat ng bagay, at
sa panahong ito ng pagsusuri,**

**Dapat tayong magsikap upang makamit ang pag-
unawang iyon**

**Maaari akong pumasok sa isang estado ng
espirituwal na kaligayahan sa pamamagitan ng pag-
awit:**

"Diyos, Diyos, Diyos"

**Maaari akong pumasok sa estadong iyon sa
pamamagitan ng meditasyon**

**O sa pamamagitan ng pagtingin sa isang
magandang natural na tanawin**

**O sa pamamagitan ng pagtingin sa isang mukha
na nagniningning sa liwanag at pagmamahal ng Diyos**

*** * ***

**Kinukuha natin ang alam sa pamamagitan ng pag-
unawa at pagtamasa nito. Pagkatapos, bumaling tayo
sa paggalugad ng hindi alam dahil ang alam ay hindi**

**Nagbibigay ito sa atin ng pangmatagalang
kasiyahan. Kung ibinigay nito sa atin ang kasiyahan
iyon, hindi sana tayo nanatili sa planetang Daigdig
nang ganito katagal.**

**Palaging kuntento sa kung ano ang nalalaman
nang walang pangitain para sa hinaharap, walang
pagsisikap na umunlad, at walang diwa ng pagkukusa
na magsaliksik**

**Kung walang insentibo na mangatwiran at
magpaliwanag, magkakaroon ng pagwawalang-kilos
at pagkawalang-kilos para sa sangkatauhan, at dahil
dito, pagkalipol.**

At naglalaho

*** * ***

**Ang buhay dito ay tila tigang at magulo hanggang
sa makarating tayo sa baybayin ng kaligtasan**

**Hindi natin dapat iasa ang ating mga pag-asa sa
mga panandaliang makamundong tunguhin at
marupok na materyal na mga pagnanasa**

**Ang ganitong mga manipis na pagkakabit ay hindi
namamalayang naglalayo sa atin mula sa ating
pangunahing layunin**

**Kung paano rin tayo inilalayo nito sa ating tunay
na sarili**

Ang bubuyog ay nagtatrabaho nang husto at naghahanda para sa mahihirap na panahon at pagdating ng taglamig, tinatamasa nito ang inipon nito mula sa ani ng tagsibol.

At tag-araw

Kaya, dapat nating matutunan kung paano tipunin ang pulot ng banal na kapayapaan at ang kakayahang makayanan ang mahihirap na sitwasyon.

Nakikilala natin sila sa buhay

*** * ***

Sa pabago-bagong mundong ito

Ito ay puno ng mga panganib at kawalan ng katiyakan

Pakiramdam mo'y nag-iisa ka, tanging ang Diyos lamang ang hindi ka pababayaan.

Hindi mabibigo ang iyong mga pag-asa

Panginoon, pagpalain mo ako

Upang pagyamanin ang mga binhi ng espirituwal na lakas at tagumpay

Nakatago sa loob ko

At upang magamit ko ito sa paraang ikalulugod

Mo

*** * ***

Paminsan-minsan, kailangang iwanan ng isang tao ang lahat para mapag-isa, nang sa gayon ay makapag-isip sila tungkol sa kanilang layunin.

buhay

Karamihan sa mga tao ay naaanod sa agos ng mga tradisyon at mga huwaran; sa katotohanan, hindi nila kailanman tunay na namuhay nang mag-isa.

Nabubuhay sila sa mundo. Kaya ano na ang kanilang nakamit, at saan na sila napunta?

Samakatuwid, makabubuting paminsan-minsan ay ilayo ng isang tao ang kanilang mga sarili mula sa

mga pang-araw-araw na gawain at "tungkulin" upang makahanap ng kapayapaan.

Ang kanyang isipan ay magulo, at sinusubukan niyang unawain ang kanyang sarili at tukuyin ang layuning nais niyang makamit.

*** * ***

Ang sinumang umiibig sa Diyos, at samakatuwid ay umiibig sa lahat, ay hindi nangangahulugang iniibig niya ang mga pagkakamali at kapintasan ng iba.

Ang umiibig sa Diyos ay nagiging matatag sa Kanyang mga batas. Nang mapagtanto ko na ang aking mga kilos ay inialay sa Diyos, ang pakiramdam na maaaring mali ang aking mga paniniwala ay naglaho.

Handa akong itama kapag mali ako, pero kapag tama ako, hindi ko iyon bibitawan

Panloob na damdamin

Ang pakiramdam na iyon ay hindi bunga ng emosyon kundi nagmumula sa katotohanan, at samakatuwid ay pinapalakas nito ang aking paniniwala at ginagawa akong matatag sa aking desisyon.

Maliban kung isasama ng isang tao ang kapakanan ng iba sa kanilang kasaganaan, hindi nila malalaman ang kahulugan ng isang komportableng buhay.

Ang ibig kong sabihin ay ang tunay na pagnanais na tulungan ang iba upang matulungan nila ang kanilang sarili. Kung gayon, makakahanap ka ng isang hindi mauubos na mapagkukunan.

Ang mabubuting gawa ay magbubunga sa iyong buhay

Anuman ang sitwasyon na iyong pinagdadaanan, ang batas na iyan ay laging gagana para sa iyo at

magbibigay sa iyo ng lahat ng iyong pangangailangan.

*** * ***

Ang malalim na katapatan ay mahalaga sa espirituwal na landas. Sapagkat sa kadalisayan at katotohanan ay sumisikat ang buwang-liwayway ng kaluluwa.

*** * ***

Kapag malapit ka sa taong mahal mo, mararamdaman mo ang iniisip nila, pero maaaring hindi mo maramdaman ang iniisip ng isang taong nasa malayo.

Hindi mo ito kayang gawin maliban na lang kung mayroon kang sopistikadong sensory field.

Ang mga regular na nagsasagawa ng mga pamamaraan ng konsentrasyon at meditasyon ay nakakaramdam ng mas kalmado at ang kanilang mga iniisip ay nagiging mas pino bilang resulta.

Dahil sa kanilang siyentipikong kasanayan, nahihiwatigan nila ang mga iniisip at intensyon ng iba kahit na mula sa malalayong distansya.

!

**Bumalik siyang walang dala
Isang kuwento batay sa mga turo ni Master
Paramhansa**

Nang ang anak na babae ng isa sa mga hari ay umabot sa edad na maaaring mag-asawa, ang kanyang ama, ang hari, ay nagtakda ng isang kondisyon na ang sinumang maghahangad sa kanya para pakasalan ay dapat tumupad sa

Ang nakamit nito ay ang kondisyon na ang bawat potensyal na manliligaw ay magnakaw ng isang bagay nang walang nakakaalam.

Sa itinakdang araw, nagdagsaan ang mga orador mula sa lahat ng direksyon, dala ang kanilang iba't ibang samsam, bawat isa ay umaawit

Kabilang sa mga ito ang pag-asang makamit ang layunin sa pamamagitan ng pagtupad sa kundisyon

Pagkatapos ay lumitaw ang isang binata na walang anumang bagay na nakapangalan sa kanya at nagsabi sa hari:

"Kamahalan, ang hinihiling ninyo ay imposibleng makamit. Sapagkat kung ako'y magnakaw ng isang bagay at walang sinuman sa mundo ang nakakaalam ng aking ginawa, ngunit

Gayunpaman, malalaman ko rin ang tungkol dito, at iyon ay isang bagay na hindi ko magagawa"

Labis na natuwa ang hari sa sinabi ng binata at sumagot:

"Ikaw ang karapat-dapat sa aking anak na babae, dahil natupad mo na ang kondisyon at karapat-dapat kang maging manugang at tagapagmana ko."

*** * ***

Ang pagiging mapagmay-ari ay kontra-produktibo. Kapag sinusubukan ng isang asawa na kontrolin ang isa pa, ito ay isang senyales ng kawalan ng pagpipigil sa sarili.

pag-ibig

Ngunit kapag ipinapahayag nila ang kanilang pagmamahal nang may tunay at palakaibigang pangangalaga, maingat na pagsasaalang-alang sa mga damdamin, at taimtim na pagnanais na mapasaya ang isa't isa

Ang pag-ibig ay nagkakaroon ng isang kahanga-hangang katangian, at sa ganitong relasyon ay natatanggap natin ang isang sulyap sa banal na pag-ibig.

*** * ***

Ang landas patungo sa Diyos ang pinakasimple at pinakamadaling landas, ngunit kakaunti ang lumalakad dito sa kabila ng mga ritwal

At ang maraming pormalidad

Mas makabubuting ibaling natin ang ating mga puso sa Diyos at hingin sa Kanya ang pinakamabuti at pinakamatagal para sa atin.

Sa katotohanan, hinihintay tayo ng Diyos dahil nais Niya tayong ilayo sa masasamang lugar at mga panganib.

Nais Niya tayong mapasa-kanya sa ating mga puso at isipan dahil ang mga murang bagay sa mundong ito ay hindi kayang masiyahan ang pananabik ng tao o punan ang espirituwal na kawalan.

Ang nararamdaman niya sa kaibuturan

Ang Diyos ay palaging nagsasalita sa atin, ngunit kakaunti ang nakakarinig ng Kanyang tinig

Ang mahinang boses na iyon ay kadalasang natatabunan ng ingay ng maingay na mga kaisipan at lantaran na mga pagnanasa

Ngunit kapag humupa ang mga iniisip at humupa ang mga pagnanasa, maririnig natin nang malinaw ang tinig ng Diyos, kahit na ito ay tahimik at mahina.

Tunay ngang ginagawa ng Diyos ang lahat upang tulungan ang sangkatauhan; binubuksan Niya ang mga pinto at tinatanglawan ang mga landas upang makita natin kung saan tayo dapat humakbang.

Siya'y natitisod, ngunit ang kaniyang paa ay hindi nadudulas; gayon pa man, hindi natatanto ng karamihan ang katotohanang ito

*** * ***

Ang isang nawawalang araw ay isang araw na lumilipas nang hindi iniisip ang Diyos at hinahangad ang mga bagay na nakalulugod sa Kanya

*** * ***

Ang pag-ibig ay isang walang hanggang umaagos na bukal mula sa hindi mabilang na mga bukal at kapag ang mga bukana ng puso ay naharangan ng maling pag-uugali

Nakikita natin itong bumubulwak nang sagana mula sa ibang puso Ngunit ang kaisipang ang pag-ibig ay namamatay sa kahit anong puso

Ito ay kamangmangan sa pangkalahatang katangian ng pag-ibig

Ang mga daluyan ng pagmamahal ay hindi dapat harangan ng mga maling gawain

At pagkatapos ay maaaring humigop ang dalisay na tubig ng banal na pag-ibig

Ang daloy mula sa lahat ng mabubuting puso

*** * ***

Ang mga taong naputulan ng daliri ay kadalasang nakakaramdam na parang naroon pa rin ito. At lahat ng nawalan ng paa't kamay

Kilala ang pakiramdam na ito

Mayroong nakatago, mala-langit na katumbas o katapat sa bawat organo sa katawan. Sa likod ng pisikal na puso ay naroon ang isang nakatagong puso.

Kung wala ito, hindi kayang tumitibok ang nakikitang puso

Ang mga tao ay nagtataglay ng mga hindi nakikitang organo tulad ng paningin, pandinig, utak, buto, at mga ethereal na nerbiyos. Ang mga organong ito, na

Bilang mga tisyu ng liwanag at aktibidad, sila ang bumubuo sa planetaryong katawan ng di-nakikitang tao.

Ang planetary o etheric body ay halos kapareho ng nakikitang pisikal na katawan. Ang pagkakaiba ay ang maliwanag at mahalagang anyo nito.

Napakaganda

*** * ***

Kapag ang isang tao ay tiyak na mayroon silang sariling soberanya, ang kanilang tagumpay ay mas dakila kaysa sa tagumpay ng isang ganap na pinuno, dahil ito ay isang tagumpay.

Matapang siyang nakatayo sa harap ng hukuman ng konsensya

Ang mga ideya ang hurado at ang tao ang nasasakdal

Dapat panagutin ng isang tao ang kanyang sarili araw-araw, at matutuklasan nila na habang mas dinidisciplina at pinaparusahan sila ng kanilang konsensya, mas magsisikap sila para sa pagpapabuti ng sarili.

Kung mas positibo, tapat, at matuwid ang pananaw ng isang tao, mas magiging matagumpay at matagumpay siya sa buhay.

*** * ***

Ang mga taong malalim na sumasaliksik sa kosmikong kamalayan ay awtomatikong nagkakaroon ng higit na nakahihigit na espirituwal na kakayahan at kontrol sa mga puwersa.

Natural Ngunit walang taong nakamit ang tunay na kamalayan sa Diyos ang gumagamit ng kanilang mga kapangyarihan para sa pagmamalaki at pagpapasikat, nang walang karunungan o

Maging makatwiran

Nauunawaan ng matatalino na ang Diyos lamang ang siyang umiiral. At buong pagpapakumbaba nilang iniuugnay sa Kanya ang mga pambihirang biyayang kanilang ipinagkaloob.

Dapat nilang gawin ito

Hindi ba't ang lahat ng bagay na umiiral ay isang himala? At hindi ba't ang tao, dahil lamang sa kanyang pag-iral, ay isa ring himala?

Kung ang mga tao ay hindi nasisiyahan sa lahat ng kababalaghang nilikha ng Diyos, bakit pa kailangang gumawa ng higit pa ang mga banal?

Mga himala?

Ang mga matuwid na banal ng Diyos ay walang ginagawa maliban kung uutusan sila ng Diyos na gawin ito, at dahil sa mahiwaga at masalimuot na mga kadahilanan

Minsan ang pag-unawa ay mahalaga

*** * ***

Kapag napagtanto natin na ang mga kakayahang kailangan natin, maging para sa pag-iisip, pagsasalita, pakiramdam, o pagkilos, ay pawang nagmumula sa Diyos, at iyon ay

Siya ay laging kasama natin, nagbibigay-inspirasyon at gumagabay sa atin, at tayo ay agad na nakakamit ng kalayaan mula sa sikolohikal na stress.

Kasabay ng pagkaunawang ito ay ang mga kislap ng kagalakan, at kung minsan ay isang malalim at agarang naglalaho na kaliwanagan ang bumabaha sa pagkatao ng tao.

Mga saloobin ng takot

Ang kapangyarihan ng Diyos ay parang karagatan, umaalon nang umaalon, tumatagos sa puso sa isang proseso ng paglilinis, inaalis ang lahat ng mapanlinlang na balakid.

Sa pagdududa, kaba, at takot

Iniisip ng tao na siya ay isang pisikal na katawan lamang at wala nang iba, ngunit ito ay isang ilusyon na maaaring malampasan ng paghawak sa kanyang tunay na sarili.

**Ispiritwalidad sa pamamagitan ng meditasyon
Saka mo mapagtatanto na ang katawan ay walang iba
kundi isang bula ng aktibidad na lumulutang sa
ibabaw ng dagat**

Ang kosmiko

*** * ***

**Kung wala ang karagatan kung saan nagmumula
ang mga alon, hindi sana iiral ang mga alon**

**Kaya, dapat nating kilalanin at hawakan ang
banal na karagatan na sumusuporta sa mga alon ng
ating buhay na nagmumula rito.**

*** * ***

**Ang pag-iisip ay isang puwersang parang
elektrisidad, at ang mga sikolohikal na kalagayan ay
nauugnay sa pag-iisip at sa paraan ng pag-iisip**

**Ang kuryente ay kapwa kapaki-pakinabang at
nakakapinsala. Sinumang nakakaalam kung paano ito
gamitin nang maayos ay ginagamit ito sa kanilang
serbisyo, kung hindi ay maaari itong magpakuryente
sa kanila.**

**Gayundin, kung ang mga iniisip ng isang tao ay
nakadirekta sa tamang landas, nagdudulot ito ng
kaligayahan sa kanilang may-ari; kung hindi,
nagdudulot ito ng pinsala sa kanya.**

Problema

**Ang pag-iisip ay parang isang mabangis na
kabayo, ngunit ang pagpapaamo nito ay hindi
imposible, at ang positibong pag-iisip ay isang paraan
upang makontrol ito.**

Sa pamamagitan ng pag-iisip

**Ang matinong pag-iisip ay isang matalik na
kaibigan, at ang maling pag-iisip ay isang palaging
kaaway**

**Ang matinong pag-iisip ay umaakit ng
kapayapaan at seguridad, habang ang hindi matinong**

**pag-iisip ay nagpapakawala ng nakamamatay na mga
palaso na tumatalbog nang doble sa may-ari nito.**

**Sinasabing ang gantimpala ay naaayon sa gawa
Hangga't ang isang tao ay nagpapadala ng
mabubuting intensyon, ang kanyang mga iniisip ay
magiging mga sulo na nagbibigay-liwanag sa mga
silid ng kaluluwa at nagtataboy ng kadiliman.**

**Pagkatapos ay nakaramdam siya ng matinding
ginhawa**

**Kumislap ang mga mata niya sa ngiti ng
kasiyahan!**

*** * ***

**Pagpalain kami, O Panginoon
Upang mabuksan natin ang ating mga puso sa
isa't isa**

**Linawin natin ang ating mga intensyon
Marahil ay nararapat sa amin ang Iyong
proteksyon at pagkalinga Ipahayag ang Iyong Sarili,
sa loob at labas Aawitin namin ang Iyong banal na
pangalan Alisin ang dilim ng kamangmangan gamit
ang Iyong banal na liwanag Alisin ang dilim sa aming
mga isipan**

**Sa nagniningning at malawak na liwanag ng iyong
presensya**

**Nang may mga pusong tapat na nagkakaisa
At ang pananabik ng ating magkakasundong
kaluluwa**

**Nagpapatirapa kami sa Iyo, humihingi ng Iyong
tulong at gabay**

**At ang patuloy na pagkaalam sa iyong presensya
sa aming mga kaluluwa, iniaalay namin sa iyo ang
lahat ng aming pagmamahal, karangalan, at
pananabik.**

**Dahil ikaw ang aming minamahal at lahat ng
mayroon kami sa mundong ito**

Binigyan tayo ng Diyos ng mga espirituwal na batas na tinatawag na "mga utos". Ngunit ang mga utos na ito ay nilalabag at nilalabag araw-araw at sa bawat...

lugar

Maliban na lang kung mauunawaan ng mga tao ang espirituwal na kahulugan nito, palagi silang magrereklamo tungkol dito at tatalikod dito.

Ang mga utos na ito ay walang-kupas na mga kodigo ng pag-uugali na itinataguyod ng lahat ng mga relihiyong Abrahamiko. Gayunpaman, ang mga teksto ay kadalasang hindi binibigyang-kahulugan.

Ang sikolohikal na aspeto ng mga utos na ito at ang mga benepisyong kaugnay ng paglalapat ng mga ito

Tinatanggap ito ng mga tao sa mga lugar ng pagsamba ngunit hindi kumikilos nang naaayon sa labas ng mga lugar na iyon, na binibigyang-katwiran ito sa pamamagitan ng pagsasabi na ang mga iyon

Ang mga desisyon ay hindi praktikal, hindi lohikal, at hindi angkop sa diwa ng panahon

Gayunpaman, ang paglabag sa mga utos na iyon ang pangunahing sanhi ng lahat ng paghihirap sa mundo.

Hindi dapat labagin ng isang tao ang mga karapatan ng iba, ni alisin ang kanilang lupain, kapayapaan, pag-ibig, o dignidad

O alinman sa kanilang mga nasasalat at hindi nasasalat na mga ari-arian

Kung hindi mo nararamdaman ang pagnanais na kunin ang hindi sa iyo, ang kailangan o ninanais mo ang darating sa iyo

Ang pagnanakaw ay unang nagmumula sa isip kapag ang isang tao ay nagsisimulang mainggit sa iba

Ang mga binhi ng masasamang pagnanasa ay dapat alisin sa isipan

Ang espirituwal na altruismo ang paraan kung saan awtomatikong makakaakit ang isang tao ng kasaganaan at ang mga pagpapala ay dadaloy sa kanya mula sa lahat ng direksyon.

Alam niya at hindi niya alam

Ito ay isang hindi nagkakamaling banal na batas. Ngunit ang mga magnanakaw at makasariling tao ay ginugugol ang kanilang buhay sa paghahabol sa mga materyal na ari-arian, ang kanilang mga mata ay laging nakatutok.

Kung ano ang pag-aari ng iba, kahit na puno ng ginto ang kanilang kaban

Maliban kung ang materyal na pagkamakasarili ay iiwan, hindi malalaman ng mundo ang kaligayahan

Kung ikaw ay umiibig sa Diyos at nananabik na maranasan ang Kanyang presensya, dapat mong ilubog ang iyong isip at katawan sa Kanyang kapayapaan, at Siya ay ngingiti sa iyo.

Bumubuti ang buhay mo sa maraming paraan

Ang isang mahinahong tao ay bihirang magkamali, at nagtatagumpay kung saan libu-libong iba pa ang nabibigo

Ang mga hindi nag-iisip tungkol sa Diyos o nagmamalasakit sa Kanya ay nagiging nalulumbay at miserable; sila ay nagiging magagalitin at nagiging parang mga makina.

Animated

Ang araw ng karunungan at kapayapaan ay sisikat sa kalangitan ng katahimikan at paliligoin ang iyong pagkatao sa mga sinag nito na nakapagpapagaling hangga't nagsusumikap ka.

**Sa espirituwal na aspeto, at bigyan ng unang
lugar ang Diyos sa iyong puso**

*** * ***

**Hindi dapat labagin ng isang tao ang mga
karapatan ng iba, ni alisin ang kanilang lupain,
kapayapaan, pag-ibig, o dignidad**

**O alinman sa kanilang mga nasasalat at hindi
nasasalat na mga ari-arian**

**Kung hindi mo nararamdaman ang pagnanais na
kunin ang hindi sa iyo, ang kailangan o ninanais mo
ang darating sa iyo**

**Ang pagnanakaw ay unang nagmumula sa isip
kapag ang isang tao ay nagsisimulang mainggit sa iba**

**Ang mga binhi ng masasamang pagnanasa ay
dapat alisin sa isipan**

**Ang espirituwal na altruismo ang paraan kung
saan awtomatikong makakaakit ang isang tao ng
kasaganaan at ang mga pagpapala ay dadaloy sa
kanya mula sa lahat ng direksyon.**

Alam niya at hindi niya alam

**Ito ay isang hindi nagkakamaling banal na batas.
Ngunit ang mga magnanakaw at makasariling tao ay
ginugugol ang kanilang buhay sa paghahabol sa mga
materyal na ari-arian, ang kanilang mga mata ay
laging nakatutok.**

**Kung ano ang pag-aari ng iba, kahit na puno ng
ginto ang kanilang kaban**

**Maliban kung ang materyal na pagkamakasarili ay
iiwan, hindi malalaman ng mundo ang kaligayahan**

*** * ***

O, Panginoon

**Sa liwanag ng manipis na kandila ng aking
minamahal**

Basahin ang iyong ginintuang aklat

Tagabantay sa kublihan ng aking kaluluwa

**Sa lahat ng panahon at panahon
Ang banal mong pag-ibig noon, O Diyos, at
magpakailanman**

**Ang di-nakikitang kandila ng kapayapaan
Na siyang nagpapawala ng aking kadiliman
At ipinakita mo sa akin ang mga lihim na linya
Nakasulat sa mga pahina ng aking puso**

*** * ***

**Punuin ang sisidlan ng aking isipan ng iyong
banal na karunungan**

**Punuin mo ng iyong awa ang bote ng aking
damdamin**

**Punuin mo ang basket ng aking kaluluwa ng mga
bunga ng iyong pinagpalang kaalaman**

**Gamitin ang sisidlan ng aking buhay upang
punuin ito ng iyong pagmamahal**

**At ibuhos ito sa kaluluwa ng iba. Hayaang
dumaloy ang aking kamalayan sa lahat ng dako.**

**Upang matunaw sa iyong mas dakilang pag-iral
Narito ang mga sinag ng buwang-liwayway ng
aking pag-ibig**

**Ang pananabik sa iyo ay nagmumula sa mga bitak
sa aking pusong sugatan**

**Upang salubungin ang araw ng iyong pag-ibig na
sumisikat sa buhay**

**At salamat sa iyong nagniningning na
pagmamahal**

**Ang aking kadiliman ay napalitan ng liwanag at
katahimikan**

*** * ***

O kumikislap na bituin

**At ang tagapagbulong ng magkakasundong mga
ideya**

**At ang mangingibig ay nagmumula sa isang
mabait na puso**

**Wala akong hinihiling kundi ang iyong
pagmamahal**

**Dahil karapatan at tungkulin ko ang mahalín ka
Ikaw ang una kong prayoridad sa buhay
At ang unang hangarin sa aking pusong
nananabik ay para sa iyo**

**Natagpuan ko ang aking kaligayahan sa
pamamagitan mo**

**At ang pagpapasaya sa iyo ang pinakamalaking
tagumpay ng aking buhay**

Mula sa himno ng banal na pag-ibig

*** * ***

**Kapag inayos ng isang tao ang kanilang mental
wireless device, maaari na silang magpadala at
tumanggap ng mga mensahe ng pag-iisip.**

**Kaguluhan sa intelektwal, matinding emosyon, at
pagsuko sa kontrol ng mga pandama at sa kanilang
mga hinihingi -- lahat ng ito ay nakakapinsala.**

**Hindi nito naaapektuhan ang isipan nang walang
kable, habang ang malalim na katahimikan,
katahimikan, pokus sa pag-iisip, at pisikal na
ehersisyo ay mahahalagang elemento para sa
pagkamit ng perpektong pagkakaisa.**

**Kung paanong ang mga boses ay tumatawid sa
eter, gayundin ang ating mga iniisip ay naglalakbay
sa eter ng kosmikong kamalayan na nakapaligid sa
atin at sa lahat ng narito.**

**Pag-iral Una sa lahat, ang isang tao ay dapat na
naaayon sa Diyos, at ang unang mensaheng dapat
iparating ay dapat na:**

**"Mahal kita, Panginoon ko, ng pagmamahal na
walang kapantay"**

*** * ***

O banal na magpapalayok

Sa gulong ng buhay, bilyun-bilyong kakaiba at magkakaibang katawan ng tao ang nabubuo: mga marupok na pisikal na konstruksyon

Para sa imortal na kaluluwa ng tao

Ang iyong nakatagong pabrika ng paglikha ay gumagawa ng lahat: lahat ng muwebles at kagamitang kailangan ng iyong mga anak na tao para sa kanilang mga tahanan

Pisikal, mental, at espirituwal

Ikaw ang lumikha, gumagawa, at nagtatanghal ng mga produkto ng kalikasan sa kani-kanilang mga panahon!

Ikaw ang Makalangit na Panginoon na lubos na nagpapahalaga sa mga pagsisikap na ginagawa sa pagkamit ng mahahalagang espirituwal na ari-arian.

At mahalaga para sa isang disenteng buhay

Ang iyong planong kooperatiba ay nagdidikta na ang tao ay dapat magtrabaho upang maging karapat-dapat at matamasa ang iyong mga pagpapala; dapat siyang magbigay

Pera o pagtatrabaho sa lupa upang makakuha ng masustansyang pagkain at upang mag-ingat at maging katamtaman upang mapanatili ang kalusugan

Kung paanong kailangan niyang magbayad ng pera para sa pag-aaral at disiplina sa sarili upang makakuha ng sapat na liwanag at lakas para sa kanyang tahanan

Espirituwal na kaginhawahan

Dapat din siyang masigasig at aktibong sumisid sa kanyang panloob na sarili upang mahanap ang mga bukal ng banal na pag-ibig na pumapawi sa kanyang uhaw at naglilinis sa kanya ng

Ang alikabok at dumi ng mundo

Ang mga materyal na bagay ay mabibili at maipagbibili, ngunit ang iyong mga biyaya ay walang katumbas

Hindi ito ipinagbibili o binibili!

Bawat isa sa atin ay balang araw ay matauhan at babalik sa kanyang banal na sarili, matatanto ang kanyang sagradong lugar kung saan siya ay mababalot ng Iyong kaligayahan.

Ang taong pinagkalooban nito nang may walang hanggang pagkabukas-palad!

Mula sa "Mga Bulong mula sa Walang Hanggan" ng pantas na si Paramhansa Yogananda

*** * ***

Kapag nakumbinsi natin ang iba sa ating pagmamahal

At kapag tayo ay naging sigurado sa pamamagitan ng mga pagsubok ng panahon at iba pang mga pagsubok

May isang taong tunay na nagmamahal sa atin nang buong puso

At pareho tayo ng nararamdaman para sa taong iyon

Hindi para sa pansariling pakinabang, kundi para lamang maramdaman ang pintig ng pagkakaibigan

Nakikita natin ang repleksyon ng Diyos at nararamdaman natin ang presensya ng Diyos

At naririnig natin ang tinig ng Diyos sa pinagpalang pagkakaibigang iyon

*** * ***

Minsan tila maayos naman ang lahat, kaya akala natin ay maayos ang mundo at maayos ang ating mga gawain.

Gayunpaman, dumarating ang panahon na pakiramdam natin ay lahat ay laban sa atin, at ito ay

isang aral upang palakasin ang ating determinasyon at ilabas ang ating mga natutulog na lakas.

Mula sa mga nakatagong lugar nito

Ngunit sa halip, nakakaramdam tayo ng sama ng loob dahil may humadlang sa ating mga hangarin. Nakakaramdam tayo ng pagkabigo dahil hindi natin nakamit ang mga ito.

Ang ating mga pagnanasa ay nagiging dahilan upang tayo ay madapa sa mga silakbo ng galit, at ang ating mga isipan ay nalilito. Nakakalimutan natin ang ating lugar at nawawala ang ating pag-unawa, at kapag tayo ay kumikilos

Kung walang diskriminasyon, ang resulta ay mga pagkakamali at paghihirap

Kung hindi tayo magpapadaig sa galit dahil sa mga balakid sa buhay o sa mga sanhi ng mga ito, mas malinaw nating makikita ang mga bagay-bagay at mas epektibong mahaharap ang mga ito.

Mas mabuti

*** * ***

Ang Diyos, sa Kanyang walang hanggang awa, ay ipinagkakaloob sa atin ang Kanyang kagalakan at inspirasyon

At nagbibigay ito sa atin ng totoong buhay

Tunay na karunungan

Tunay na kaligayahan

Tunay na pag-unawa

Ngunit ang kaluwalhatian ng Diyos ay nahahayag lamang sa espirituwal na katahimikan na nararamdaman ng kaluluwa at sa taimtim na pagtatangka ng isip na makiisa sa Kanya.

Doon tayo nakaharap sa katotohanan. Sa labas, ang mga ilusyon ay napakalakas, at kakaunti lamang ang nakakalusot sa mga ito.

Pag-aalis ng impluwensya ng panlabas na kapaligiran

Ang mundo ay nagpapatuloy kasama ang walang katapusang mga kasalimuotan at hindi mabilang na mga karanasan nito

Ang tinig ng Diyos ay nasa likod ng mga anyo ng buhay, laging tumatawag sa atin at nagsasalita sa atin mula sa mga bulaklak at mga banal na aklat at mula sa

Ang ating mga konsensya, at sa pamamagitan ng lahat ng magagandang bagay na nagpapahalaga sa buhay

*** * ***

Linisin mo ang aming metal, O makalangit na alkimiko! Gawing lakas ang aming kahinaan

At baguhin ang ating mga maling akala tungo sa totoong pananaw sa katotohanan. Baguhin ang mga kasuklam-suklam na demonyo ng ating makasariling mga ambisyon.

Sa matatayog at may pakpak na mga mithiin at sa ating masakit na kamangmangan, sa banal na karunungan at sa mga pangunahing hilaw na materyales ng ating katamaran

Sa purong ginto mula sa kahanga-hangang espirituwal na mga nagawa

Mula rito at doon

Ang Awit ng Kaligayahan

Ayon sa isinalaysay ng gurong si Paramhansa Yogananda

Noong unang panahon, may isang ermitanyo na nakatira sa pintuan ng Diyos. Hindi siya nangaral o gumagabay sa sinuman, at wala siyang binanggit maliban sa banal na pag-ibig, na siyang tanging obsesyon niya.

Saanman siya magpunta, ipinahayag niya ang banal na pag-ibig na nag-aalab sa kaibuturan niya. Nagsasalita lamang siya kung kinakailangan, at ang kanyang mga salita ay bihirang lumampas sa dalawa o tatlo, ngunit libu-libo ang sumunod sa kanya upang marinig siyang umawit nang may pananabik, nananabik pa.

O Panginoon ko, Ikaw ang aking layunin, at ang pag-ibig ko sa Iyo ang aking watawat

Ang kaluluwa at puso ko'y nananabik sa iyo, O sukdulang kaligayahan ko

Minsan, habang naglalakad siya sa mga nayon at inaawit ang kanyang simpleng awitin, iniwan ng mga lalaki at babae ang kanilang mga gawain at sumunod sa kanya, ngunit isa-isa silang nahuli hanggang sa hindi na niya sila makita.

Pagkatapos ay nakarating siya sa isang malawak na bukid kung saan nakita niya ang isang lalaking nag-aani ng butil, at binati niya ito, na sinasabing, "O mang-aani, O mang-aani." Sumagot ang mang-aani, "Pabayaang mo ako, lalaki, huwag mo akong kausapin, sapagkat ako'y abala gaya ng nakikita mo. Umalis ka sa akin, ikaw na baliw."

Ngunit sinabi niya sa kanya: "Hindi ko hinihiling na kausapin mo ako, ang hinihiling ko lang ay pasayahin mo ako at samahan mo ako sa pag-awit. Maaari mo ba akong pasayahin sa pamamagitan ng pagbanggit sa pangalan ng aking banal na minamahal, at pagkatapos ay aalis na ako?!"

Nagsimulang umawit ang mang-aani kasama niya, "O Panginoon, Ikaw ang aking layunin... at ang pag-ibig ko sa Iyo ang aking watawat..." Siya ay labis na natuwa, at ang karit ay nahulog mula sa kanyang kamay, at siya ay naglakad sa likuran ng baliw, umaawit nang may kagalakan

at sigasig... at maging ang mga ibon ay nakaramdam ng kagalakan at nagsimulang sumigaw at umawit ng awit ng pag-ibig para sa Diyos.

Habang nagpapatuloy sila sa paglalakad, dumating ang asawa ng mang-aani at sinisi ang kanyang asawa, na sinasabi: "Anong problema mo? Ano ang nangyari sa iyo at sinusundan mo ang baliw na ito?" Ngunit sumagot ang lalaki: "Sabihin mo ang anumang gusto mo tungkol sa akin, ngunit kumanta ka kasama ko, kahit isang beses lang." Kaya nagsimula siyang kumanta, at silang tatlo ay sabay-sabay na umawit nang may sigla at kagalakan.

Habang sila'y kumakanta, may ilang taga-nayon na dumaan at nagbiro tungkol sa pangyayari, na nagsasabing, "Napakaraming baliw nitong mga araw na ito!" Sinabi ng ermitanyo sa kanila, "Magpasensya kayo, mga tao, sa paghatol sa amin hanggang sa matikman ninyo ang aming nararamdaman. Nakikiusap ako sa inyo, samahan ninyo kami sa pagkanta, at pagkatapos ay humatol kayo."

Ang mga taong ito ay sumama sa kanila sa pag-awit, at sila ay nahawahan ng banal na pag-ibig, at sinimulan nilang awitin ang banal na himno mula sa kaibuturan ng kanilang mga puso at nang may lubos na pananabik.

Kumalat ang balita tungkol sa kanila sa buong rehiyon, at sinundan sila ng isandaan, dalawang daan, tatlong daan, at limang daan, sinusubukang pigilan at itaboy sila, ngunit ang puso ng lahat ay umalingawngaw sa labis na kagalakan at lumalaking pananabik:

O Panginoon ko, Ikaw ang aking layunin, at ang pag-ibig ko sa Iyo ang aking watawat

Ang kaluluwa at puso ko'y nananabik sa iyo, O sukdulang kaligayahan ko

Pagpalain kayo ng Diyos at pasayahin ang inyong mga puso

Sumainyo ang kapayapaan

Ang Diskurso ng Pitong Pilosopo Tungkol sa Tao

Sinabi ng unang pilosopo:

Ang tao ang tugatog ng kasaysayan, ang sukdulang layunin ng tula, at ang buhay at malayang ugnayan na nag-uugnay sa kalikasan sa Diyos.

Sinabi ng pangalawang pilosopo:

Huwag nating maliitin ang tao o hamakin ang kanyang dignidad, sapagkat bagama't siya ay bumaba mula sa pinakamataas na antas ng pang-unawa patungo sa pinakamababang kalaliman, taglay pa rin niya sa kanyang kaluluwa ang mga bakas ng panimulang kaluwalhatian at kataas-taasang karilagan – sapagkat bagama't siya ay kahawig ng mga nabasag na haligi ng isang sinaunang templo, ang karilagan ng templo ay kitang-kita kahit sa mga natitirang guho nito.

Sinabi ng ikatlong pilosopo:

Kay hirap at kay yaman ng taong ito!

Kay kawawa at kay luwalhati niya!

Kay sukdulang kumplikado nito, at kay sukdulang simple nito!

Sinabi ng ikaapat na pilosopo:

Ang mga tao ay isang kalipunan ng kaguluhan, mga kontradiksyon, at mga puwersang magsasalungat. Bagama't sila ay mga imbakan ng katotohanan at mga tagapag-alaga

ng walang hanggang karunungan, sila ay nababalot ng pagdududa at ang kanilang pananaw ay nalalabo ng kalituhan. Bukod dito, sila ay patuloy na nag-aalala sa hindi alam. Sila ang sabay-sabay na ipinagmamalaki at ikinahihiya ng sansinukob.

Sinabi ng ikalimang pilosopo:

Walang hangganan ang mga pagnanasa ng tao, at kahit gaano pa kalaki ang kayamanan, hindi ito matutupad. Hindi makakatagpo ang isang tao ng katatagan o kapayapaan ng isip hangga't hindi niya natatamo ang kanyang layunin, na ang makipag-isa sa kanyang Lumikha at masiyahan sa pagiging malapit sa Kanya sa bawat sandali ng kanyang buhay.

Sinabi ng ikaanim na pilosopo:

Ang isang tao ay natutukoy hindi sa kanilang mga hangarin, kundi sa kanilang masigasig na pagsisikap upang makamit ang pinakamarangal sa mga ito. Hindi sa kanilang maraming hangarin, kundi sa pamamagitan ng pagkakaiba ng mabuti sa masama at pagkamit ng mabuti at kapaki-pakinabang para sa kanilang sarili at sa kanilang komunidad.

Sinabi ng ikapitong pilosopo:

Ang tao ay isang bula na lumulutang sa ibabaw ng patuloy na umaagos na kosmikong ilog sa lupa ng Diyos. Ang ilang mga bula ay mas maliwanag kaysa sa iba, ngunit lahat ng ito ay kalaunan ay sasabog at matutunaw sa ilog na walang hanggan patungo sa kosmikong dagat na walang baybayin.

Sumainyo ang kapayapaan

Ang regalo ko sa iyo para sa Bagong Taon

Mayroon ka bang ambisyon sa loob mo na inaasam mong makamit?

Kung bibigyan ka ng pagkakataong magsimulang muli sa simula ng buhay ngayon, ano ang gagawin mo?

Binibigyan ka ng buhay ng ganitong pagpipilian, at ang malambot na seramikong masa ng panahon ay nasa iyong mga kamay upang hubugin ayon sa gusto mo.

Ang mga nagawang tila mahirap ay kadalasang mas malapit sa pagiging lohikal at makatotohanan. Ang inakala mong hindi mo magagawa, simulan mo na itong gawin ngayon! Itapon ang mga limitasyon ng mga nakagawiang ipinataw mo sa iyong sarili, at pakinggan ang mga bulong ng iyong panloob na boses.

May mga sorpresa ang buhay para sa mga taong malalim na sumusubok sa sarili nilang pagkatao

Walang layunin ang makakamit sa isang araw. Ang susi ay magsimula ngayon, hindi bukas.

Magsimula sa pagpapala ng Diyos! Ang mahiwagang sandaling ito ang susi sa isang kweba ng mga oportunidad na puno ng kayamanan

Buksan ang imbakan ng iyong pagkamalikhain, na palagi at magpakailanman ay pinapakain ng walang katapusang mga mapagkukunan na ang bukal ay hindi nauubusan at ang suplay ay hindi nababawasan.

Ang kakayahan ay nangangahulugang responsibilidad, at ang nakatagong talento ay isang mabungang binhi na ipinagkatiwala ng buhay sa iyong pangangalaga. Huwag itong hayaang malanta at mamatay sa tigang na lupa ng pagpapaliban.

Hinihiling sa iyo ng buhay na tapat na anihin ang itinanim nito sa iyong bukid. Lahat ng kagamitang kailangan mo ay nasa iyong kakayahan. Kaya, nawa'y gabayan ka ng Diyos, kilalanin ang mga kagamitang iyon nang may mapagmasid na tingin.

Huwag magtrabaho nang may matinding pagsisikap na may bahid ng pagnanais na magtagumpay, sa halip ay magtrabaho nang mahinahon, komportable, at may kagalakan.

Hindi mo hinahangad ang layunin nang higit pa sa pagnanais mong magtrabaho upang makamit ito

Taglay ang masigasig na pag-iisip at mga kamay na pinapagalaw ng pagmamahal, habihin ang mga huwaran ng tagumpay gamit ang mga ginintuang hibla ng kasalukuyan

Ngunit kung mabigo ka sa iyong pagsisikap, huwag kang mabigo at huwag mong hayaang lamunin ka ng pagkabigo

Ngunit may pusong mayaman sa pang-unawa

At isang kamay na maliksi at may kakayahang umangkop

At isang malinaw na mata na may matingkad na paningin

Magsimula muli at magkaroon ng pananampalataya

Ang bulaklak ay nasa puso ng buto, ngunit alam ba ng buto ang simula o ang katapusan nito?

Ngunit habang nagtitipon ito ng mas maraming init at halumigmig hangga't maaari

Lumalawak ang puso niya upang ipakita ang isang matingkad na bulaklak

Ngumiti sa araw at salubungin ito ng saya ng buhay at ng kasiyahan ng tagumpay

At narito ang buhay na tumatawag sa iyo,
nakikipagkaibigan sa iyo, hinihimok kang magtrabaho

Makikinig ka ba sa kanyang panawagan at tutugon sa kanyang paghihikayat?

At ngayon, ibaling mo ang iyong mukha patungo sa liwanag

Nawa'y liwanagan ng Diyos ang iyong mukha ng Kanyang liwanag

Tuparin ang iyong mga pangarap sa bagong taon

Manigong Bagong Taon!

Magasin sa Silangan-Kanluran

Pagsasalin: Mahmoud Abbas Masoud

Sino ang nagsabi niyan?

May pananabik sa puso ko, ngunit itinatago ko ito

At kung ako'y malayo, nakikipag-usap ako sa kanya sa pamamagitan ng alaala

Ang puso ay tumitibok, at ang mga pananabik ang nagdidikta nito

Natagpuan ko ang mga talatang ito sa isa sa aking mga kuwaderno

Hindi ko matandaan kung sino ang nagsabi niyan, naghanap ako online para malaman kung sino.

Gusto ko sanang iugnay sa kanya iyon, pero hindi ko nga mahanap online.

Nakuha nito ang aking atensyon dahil sa tunay na pagmamahal na taglay nito

At isang tiyak na pananabik at isang malinaw na katapatan

Isang malalim na damdamin ang tiyak na nagpasiklab sa puso ng ating makata

Ang liwanag nito ay nagliwanag sa kaibuturan ng kaniyang kaluluwa

Ang agos nito ay dumaloy nang marahan at umuuga

Sa mga sensitibong landas ng kanyang kaluluwa

Niyanig niya siya, pinasaya siya, at pinalungkot siya

Pagkatapos ay pinalakas niya ang kanyang loob at ibinuhos ang isang dalisay at malinaw na daloy ng pinong emosyon

At ito'y nabago sa mga salitang kasing-seksi ng simoy ng hangin sa parang

At isang malambing at mala-langit na awit na pumupukaw sa kaibuturan ng damdamin

Dito natin nakikita ang mga kaakit-akit na kulay ng matinding nakapokus na mga kaisipan

At nasisilayan natin ang mga nagliliyab na sulo sa kanyang tuwang-tuwa at nananabik na pagkatao

Hindi rin natin dapat kalimutang matikman kasama niya ang mapait na kalungkutan

Gayunpaman, tila nasisiyahan siya sa kalungkutang iyon

Na kaniyang ipinagdiwang at nilikha mula sa diwa ng kaniyang mga damdamin

At narito ang pinag-uusapan natin tungkol sa karanasan ng ating hindi kilalang makata

Nakuha ng kaniyang mga talata ang aming atensyon dahil inilagay niya rito ang

Mula sa kanyang puso, ang diwa

At nag-iwan siya ng bakas ng kanyang sarili sa kanyang mga salita

Nawa'y ang mga puso ay laging mapuno ng pagmamahal at pumutok nang may katapatan

Sumainyo ang kapayapaan

Isang diyalogo sa pagitan ng isang anak na lalaki at ng kanyang ama

Tinanong ng anak ang kanyang ama: "Nakikita ko ang ngiti sa iyong mga mata, Tay, ano ang sikreto nito?"

Sumagot siya: Dahil lubos akong panatag

Sabi niya: Magsalita ka! Ano nga ba ang nangyayari?

Sumagot siya: Isang kapayapaan ang tumatagos sa aking puso, at isang ngiti ang makikita sa aking mga mata bago ito lumitaw sa aking mukha.

Sabi niya: Iyon lang ba?

Sumagot siya: Nagising ang mga alaala

Nagtanong siya: Anong klaseng mga alaala iyon?

Sumagot siya: Matamis ito at nagpapasigla sa mga selula

Sabi niya: Paano nangyari iyon?

Sumagot siya: Ang pag-iisip, anak ko, ay isang puwersang parang elektrisidad, at ang mga kalagayang sikolohikal ay dahil sa pag-iisip at sa paraan ng pag-iisip.

Sabi niya: Ano ang ibig mong sabihin sa pagsasabing "kapangyarihang parang elektrisidad"?

Sumagot siya: Ang kuryente ay kapwa kapaki-pakinabang at nakakapinsala. Sinumang gumamit nito nang maayos ay makakahanap ng kapaki-pakinabang na epekto, kung hindi ay maaari siyang makuryente.

Aniya: Ano ang batayan ng paghahambing?

Sumagot siya: Ang pag-iisip din, kung itutuon mo ito sa tamang landas, ay magpapasaya sa iyo, kung hindi ay magdudulot ito sa iyo ng paghihirap.

Sabi niya: Paano ko siya magagabayan kung siya ay parang isang kabayong ligaw?

Sumagot siya: Hindi ito imposible, dahil kung magkakaroon ka ng karanasan sa kalikasan ng mga kabayo, mapapabuti mo ang kanilang pamamahala kahit na sila ay mababangis at magulo.

Aniya: Sabi nga nila, ang kaibigan daw ay isa sa pinakamalapit na tao sa isang tao, totoo ba ito?

Sumagot siya: Talagang

Aniya: Kaya ang pag-iisip ay isang kaibigan dahil ito ay lubos na malapit sa tao

Sumagot siya: Oo at hindi

Sabi niya: Paano iyon?

Sumagot siya: Ang matinong pag-iisip ay isang matalik na kaibigan, at ang maling pag-iisip ay isang palaging kaaway.

Sabi niya: Paano iyon?

Sumagot siya: Ang matinong pag-iisip ay umaakit ng kapayapaan at kaligtasan, habang ang hindi malusog na pag-iisip ay nagpapaputok ng mga nakamamatay na palaso na tumatalbog sa may-ari nito nang doble – nawa'y paramihin ng Diyos ang iyong mabubuting gawa – at kaya nga sinasabing ang gantimpala ay kapareho ng gawa.

Sabi niya: At paano ito maiiwasan?

Sumagot siya: Hangga't hinahangad mo ang kabutihan para sa iba at humihingi ng tulong at patnubay sa Diyos para sa kanila, ang iyong mga iniisip ay magiging mga sulo na nagbibigay-liwanag sa mga silid ng kaluluwa at nagtataboy sa mga tambak ng kadiliman.

Sabi niya: At ano ang mangyayari kung gayon?

Sumagot siya: Pagkatapos ay makakaramdam ka ng matinding ginhawa at ang iyong mga mata ay ngingiti!

Nawa'y ang mga ngiti sa iyong mga mata at mukha ay magtagal magpakailanman, mga kaibigan

Sumainyo ang kapayapaan

Maligayang pagdating sa panauhin

Ang mabait na bisitang ito

Hindi nakikita ng mata, ngunit nararamdaman ng puso

Parang saya o ginhawa na nagpapawala ng kalituhan

At inaaliw niya ang mga pusong sawi

Nagbibigay ito ng pag-unawa upang maayos na harapin ang mga kritikal na sitwasyon

Ang pakiramdam ng panauhing iyon ay nauugnay sa pagbubukas ng pinto para sa kanya at pag-anyaya sa kanya na pumasok

Ang imbitasyon ay dapat na taos-puso at nagmumula sa tunay na pagnanais na makatanggap

Naglalaman ito ng pananabik na tumutugma sa isang matinding pagnanasa

Na naramdaman ng "Qassad" o mang-aawit sa bundok nang binigkas niya ito nang may sigasig:

(Pinarangalan niya ako sa pamamagitan ng isang pagbisita at binali ang tradisyon, binuksan ng aking puso ang pinto nito para sa iyo mula sa loob)

Ang tunay na kagalakan ay hindi bunga ng isip o imahinasyon

Ito ay isang malinaw, mala-langit na elemento na may pinagmulan

Ang pinagmumulan na kusang nagpapanibago ay hindi nauubos

Walang taong hindi nakatikim kahit kaunting dosis nito

Ang antas ng nararamdaman nito ay nakasalalay sa tibay ng pagtanggap at sa kakayahang umintindi.

Ito ay isang dagat na hindi kayang kainin ng lahat ng nilalang

Dahil ang pinagmulan nito ay hindi sakop ng hangganan kundikonektado sa absolute at infinite

Inihalintulad nila ang pagkabukas-palad at ang mga taong mapagbigay dito

Ipinapaalala nito sa akin ang kwento ng mahirap na lalaking iyon na sumunod sa ilang makata

Papunta na sila sa Caliph sa Egypt, na siyang tumawag sa kanila upang magbigay ng mga regalo sa kanila. May dala-dalang banga ang mahirap na lalaki. Pagpasok nila sa palasyo ng Caliph at pagtayo sa harap niya, sinimulan niya silang mamahagi ng mga masaganang regalo. Pagkatapos ay tiningnan niya ang kawawang lalaki na may punit-punit na damit at tinanong ito:

At ano ang nagdala sa iyo sa amin, at ano ang kailangan mo sa amin?

Sumagot siya:

Nang makita ko ang mga taong nag-iimpake ng kanilang mga gamit

Dumating ako sa iyong umaapaw na dagat dala ang aking banga

Sinabi ng Kalipa: Punuin ang banga ng ginto at pilak

Ang caliph na iyon ay hindi isang karagatan kumpara sa karagatan ng pangkalahatang pagkabukas-palad, kundi isang patak nito

Kung ang isang taludtod ng tula ay nag-udyok sa kanyang pagkabukas-palad at nag-udyok sa kanya hanggang sa puntong iyon, at siya ay isang tao lamang, tiyak na anumang taos-pusong panawagan sa pinagmumulan ng pagkabukas-palad at sa dagat ng banal na biyaya ay tatanggapin at matutupad at ang pagbibigay ay uulitin hanggang sa makamit ang kasiyahan.

{At tiyak na bibigyan ka ng iyong Panginoon, at ikaw ay masisiyahan}

{At kung bibilangin ninyo ang mga biyaya ng Allah, hindi ninyo ito mabibilang}

Nawa'y pasayahin ng Diyos ang inyong mga puso

Sumainyo ang kapayapaan

Ang tahimik at matiyagang gagamba

Ang aking mahal na kaibigan, ang napakatalinong si Propesor Fahmi Al-Mashaykhi, ang tagapagtanghal ng programang "Self-Leadership," ay humiling sa akin na isalin ang ilang mga tula ng dakilang Amerikanong makata na si Walt Whitman. Bilang paggalang sa kanyang mabuting kahilingan, pinili ko ang tulang ito at nais kong ialay ang saling ito sa kanya at sa lahat ng mahilig sa pinong panitikan at kahanga-hangang inspirasyon.

Sa bato sa dalampasigan na may maliit na nakausling umbok

Kung saan ang gagamba ay nakatayong mag-isa

Naglagay ako ng marker para markahan ang lokasyon nito

Ang layunin ng markang iyon

Pag-alam sa paraan kung paano ito matutuklasan

Ang malawak nitong kapaligiran sa gitna ng malawak na kawalan ng espasyo

Pagkatapos ay pinakawalan niya ang isang manipis na alambre mula sa kanyang sarili, na sinundan ng isa pang alambre, at pagkatapos ay isa pa

Patuloy niyang kinakalawang ang kaniyang ikot ng
sinulid nang may kahanga-hangang bilis

Nang hindi nakakaranas ng pagkapagod

At ikaw, aking kaluluwa, ikaw na napapalibutan ng
walang katapusang kalaliman

Mula sa isang malawak, walang hangganan, at walang
katapusang espasyo

At ikaw ay nalulubog nang walang pagkaantala sa pag-
iisip at pananaw

Nakikita kitang nagsisimula ng mga pakikipagsapalaran

Naglalabas ka ng mga ideya at enerhiya

Naghahanap ka ng mga mundo at mga bagay na
selestiyal

Nawa'y mabuklod ka sa kanya ng isang matibay na
ugnayan

Para maitayo mo ang tulay na kailangan mo

Ang iyong barko ay sinigurado ng angkla

Hanggang sa manipis mong sinulid na pinakawalan mo
palayo sa iyo

Mula sa paghawak ng isang bagay

sa isang lugar

Oh kaluluwa ko!

Walt Whitman

Pagsasalin: Mahmoud Abbas Masoud

konstelasyon

Ito ay isang grupo ng mga bituin na may magagandang pormasyon

Ito ay kilala sa astronomikal na paraan sa iba't ibang pangalan tulad ng Ghouls Head

Ang Lumilipad na Agila, ang Bumagsak na Agila, at ang Betelgeuse

Ang palma na tinina ng henna at ang bituing Yemeni

Ang bibig ng balyena at ang makapangyarihang tao at iba pa

Ang konstelasyon ay nakakakuha ng atensyon

Marahil dahil sa layo nito mula sa Daigdig

Marahil dahil sa mga sikreto at misteryong bumabalot dito

Marahil dahil sa kanyang walang hanggang katahimikan

Ang kakaibang kislap nito

At marahil

Dahil ito ang dahilan kung bakit itinataas nito ang tingin mula sa lupa

Hayaan siyang maghangad ng mas mataas at mas matamis!

Ang salitang "konstelasyon" ay isang magandang salita na nagpapaalala sa tamis nito

Mula sa astronomikal na penomenong iyon

May nagniningning na presensya at kumikinang na kagandahan

At ganyan kayo, mga kaibigan ko

Isang konstelasyon ng mga kumikinang na bituin

Sa langit ng buhay ko

Pagbati sa iyo saan ka man naroroon

At pagmamahal mula sa kaibuturan hanggang sa mga abot-tanaw

Ang paggalaw ay maaaring maging isang biyaya o isang sakuna

Dinagdag ko ang salitang "pagkawasak" sa kilalang kawikaan, dahil para sa akin ay hindi lahat ng kilos ay pinagpapala, at ang ilan sa mga ito ay nagbubunga ng mga resulta na hindi lamang hindi pinagpapala kundi mayroon ding mapanirang epekto sa higit sa isang antas.

Ang paggalaw ng tao ay hindi kusang lumilitaw, maliban sa ilang mga paggalaw na maaaring mangyari habang natutulog o naglalakad habang natutulog, na ginagabayan ng walang malay. Kung hindi man, ito ay hinihimok ng intensyon at kagustuhan na makamit ang isang tiyak na layunin.

Ang kilusang ito ay neutral sa sarili nito dahil ito ay isa lamang walang malay na kasangkapan na gumagana bilang tugon sa mga utos ng sistemang motor ng tao, na siya namang tumatanggap ng mga utos mula sa isip at isinasagawa ang mga ito.

Kapag ang paggalaw ay ginagamit upang tumulong sa iba

At pagaanin ang kanilang mga pasanin

Paggamit ng mga pandama na kagamitan upang mapabuti ang mga kondisyon

Sa parehong materyal at moral na antas

At dinadala ang lahat ng bagay na magdudulot ng
ginhawa sa mga kaluluwa

At kapayapaan sa mga puso

Nagbibigay ito ng mga pangangailangan sa buhay, hindi
kinakailangang mga luho

Ito ay isang biyaya mula sa Diyos, sa mga anghel, at sa
mga propeta

Ngunit kung ang paggalaw ay ginagamit upang
magdulot ng sakit

At ang sakit at pighati

Pagsasamantala sa intelektwal o materyal na kakayahan
ng iba

Nang walang pahintulot o pagsang-ayon niya

Hindi magiging biyaya ang resulta

At pagkatapos ay masasabi natin

"Ang paggalaw ay humahantong sa pagkawasak"

Mapalad ang taong ginagamit ang kanyang mga kilos
para sa kabutihan at sa kasiyahan ng kanyang Lumikha:

Kaya't tumugon sa kanila ang kanilang Panginoon,
"Hindi Ko hahayaang mawala ang gawa ng sinumang
manggagawa sa inyo, lalaki man o babae" (Al Imran)

At sa marangal na hadith:

"Tatlong bagay ang susunod sa yumao; dalawa ang
babalik, at ang isa ay mananatili sa kanya. Ang kanyang
pamilya, ang kanyang mga ari-arian, at ang kanyang mga
gawa ay susunod sa kanya; ang kanyang pamilya at ang

kanyang mga ari-arian ay babalik, at ang kanyang mga gawa ay mananatili."

Si Imam Ali, nawa'y parangalan ng Diyos ang kanyang mukha, ay nagbabahagi sa atin ng karunungan mula sa imbakan ng kanyang kaalaman, na nagsasabing:

(*Mayroong malaking pagkakaiba sa pagitan ng dalawang uri ng trabaho* : trabahong panandalian ang kasiyahan ngunit nananatili ang mga bunga, at trabahong wala na ang mga gastusin ngunit nananatili ang gantimpala)

Tanggapin nawa ng Diyos ang ating mabubuting gawa, mga kaibigan

Sumainyo nawa ang kapayapaan, awa at mga pagpapala ng Diyos

Ang bar at ang bahay ng kapahamakan

Sabi niya: May isang bagay na bumabagabag sa akin at gusto ko ng paliwanag para dito

Sumagot siya: Ano iyon?

Aniya: Nakikita ko ang mga taong naglalakad sa maling landas na "magarbo" at nagsasaya, at ang mabubuting tao na hindi nakakamit ng anumang tagumpay.

Sumagot siya: Madalas magkamali ang mga tao sa paghatol sa matuwid at masama, sapagkat humahatol sila batay sa panlabas na anyo, hindi kayang makita ang puso ng iba upang malaman ang tunay na kalikasan ng bawat tao at upang malaman ang kanilang mga nakatagong intensyon at kilos. Ngunit ang Diyos ang tagasuri ng mga intensyon at ang tagapaghayag ng mga lihim; Siya lamang ang humahatol at nagpapakilala ng mabuti sa masama.

Samakatuwid, hindi malabong ang isang taong itinuturing ng mga tao na masama ay maaaring matuwid, at ang isang taong itinuturing nilang matuwid ay maaaring masama.

Aniya: Mayroon bang paraan upang makagawa ng tamang pagkakaiba sa mga bagay na ito?

Sumagot siya: Sa paghatol sa kaligayahan at paghihirap, kung hindi tayo kikilos nang tama, ipinapalagay natin na ang masayang tao ay ang nagtatamasa ng kayamanan at kasaganaan, nagkakamit ng prestihiyo, tumatanggap ng respeto ng mga tao, at nagpapakasasa sa mga kasiyahan at kaluguran sa buhay. Nabibigo tayong isaalang-alang ang panloob na kaguluhan na maaaring nararanasan nila dahil sa kanilang mga kasalanan, pagkakamali, at kawalang-katarungan sa iba. Ang panloob na kalungkutan at mga sakit na walang lunas ay maaaring magpait sa kanilang buhay at magpabalisa sa kanilang mga mata dahil sa kanilang mahalay na mga pagnanasa at mapangwasak na pagkamakasariili. Maaari rin silang tamaan ng mapaminsalang mga kalamidad at mapaminsalang mga kasawian na tunay na hindi nakakainggit.

Sinabi niya: At nasaan ang kaligayahan ng matuwid?

Sumagot siya: Una, ang matuwid na tao ay hindi nagmamadali sa mga makamundong bagay. Siya ay kuntento sa kanyang pakiramdam ng kasiyahan, sa kanyang patas na pagtrato sa mga tao, sa kapayapaan ng kanyang konsensya, at sa kanyang espirituwal na kagalakan na nagmumula sa loob at laging nababago, lalo na kapag iniisip niya na gagantimpalaan siya ng Diyos sa kabilang buhay at bibigyan siya ng walang hanggang liwanag kapalit ng kanyang napalampas sa tahanan ng pagkawasak.

Sinabi niya: Bakit ang mga matuwid, o ang ilan sa kanila, ay nagdurusa at nakararanas ng kahirapan sa mundong ito?

Sumagot siya: Minsan sinusubok ng Diyos ang Kanyang mga minamahal sa pamamagitan ng iba't ibang uri ng sakit at pagdurusa, hindi bilang parusa, kundi upang dalisayin sila sa apoy ng mga pagsubok na parang ginto. Ang mga paghihirap na dumarating sa kanila ay nagpapalakas sa kanila, nagpapakita ng kanilang moral na karapat-dapat, at ginagawang dalisay, malinaw, at matatag ang kanilang pagmamahal sa kanilang Panginoon at sa mga tao.

Nawa'y dagdagan ng Diyos ang bilang ng mga matuwid at mabubuting tao sa mundong ito

Sumainyo ang kapayapaan, mga kaibigan ko

Ang Organisadong Perlas

Hindi isinasakripisyo ang mga prinsipyo para lang mapasaya ang iba

Aniya: Nabalitaan kong kanais-nais ang pakikisama sa iba, mayroon bang mga eksepsiyon?

Sumagot siya: Ang pagsang-ayon sa iba ay hindi nangangahulugang pagsang-ayon sa kanila sa lahat ng bagay, ni pagsasakripisyo ng iyong mga prinsipyo para sa kanila, dahil ang ganitong istilo ng pagsang-ayon ay hindi kanais-nais at hindi naaayon sa kung ano ang tama.

Sabi niya: Mas gusto mo ba ang komprontasyon kaysa sa kasunduan?

Sumagot siya: Hindi na kailangan 'yan. Makakasundo mo sila nang hindi nagdudulot ng anumang gulo o

kaguluhan. Ang mga repormador at dakilang tao ay hindi nakakasundo ng maraming tao sa kanilang paligid, ngunit pinanatili nila ang kanilang mga mithiin dahil alam nilang ang kanilang ginagawa ay talagang tama.

Aniya: Ano ang iyong palagay tungkol sa kung minsan ay pagbabaluktot ng mga mithiin upang umangkop sa sitwasyon?

Sumagot siya: Hindi dapat makipagkompromiso sa prinsipyo, ni gumamit ng mga lihim na motibo upang makamit ang isang layunin, sapagkat ang gayong pag-uugali ay hindi nararapat sa mga nagtataguyod ng mga prinsipyo. Kung mamumuhay ka sa paraang nakalulugod sa Diyos at hindi nakakasama sa iba, wala kang dapat ikatakot.

Sabi niya: Ano nga ba ang ibig sabihin ng pakikisama sa iba?

Sumagot siya: Una sa lahat, ang maging kasundo ng Diyos, pagkatapos ay ng iyong konsensya, at pagkatapos ay ng mga tao.

Sabi niya: Paano kung ang aking pamamaraan ay hindi nakakapagbigay-kasiyahan sa iba?

Sumagot siya: Sapat na na ikaw ay maging mapayapa sa iyong sarili at makaramdam ng panloob na katahimikan na nagpapalaya sa iyo mula sa pagsang-ayon ng iba, hangga't ang pagsang-ayon na iyon ay hindi naaayon sa iyong pinaniniwalaan sa iyong mga desisyon.

Sabi niya: Pinapayuhan mo ba akong hilingin sa iba na baguhin ang kanilang maling pamumuhay?

Sumagot siya: Hindi mo kailangang pilitin ang mga tao na tanggapin ang tamang pananaw mo. Kung ayaw nilang tanggapin ang iyong pananaw, hayaan mo na lang sila at

hilingin ang kabutihan nila. Kung iniistorbo ka nila ng masasakit na salita at masasakit na komento, ayos lang na lumayo ka sa kanila, kahit pansamantala lang. Ngunit laging maging handa na ibahagi ang iyong pang-unawa at karanasan sa kanila. At kung mayaman ka sa kaalaman, ialok mo ito sa mga nauuhaw dito, upang inumin nila ito nang may kasiyahan at kasiyahan, sa pamamagitan ng biyaya ng Diyos na Makapangyarihan sa lahat, at ang iyong gantimpala ay nasa Kanya.

Sumainyo ang kapayapaan

Nakikita kong sinisisi mo ang mga araw

Halos makita na kita, kaibigan ko

Hinahanap mo ang isang oasis na magpapasaya sa iyong mga mata

At sa isang kapahingahan na magpapalusog sa iyong pagod na puso sa mga kakahuyan nito

Nakikita kitang nakatitig sa malayo at tahimik na abot-tanaw

Sinusubukang takasan ang lalim ng kalungkutan at pag-aalala

Patungo sa isang maaliwalas na kalangitan

Mas angkop sa iyong malinaw na kaluluwa

At mas kaya kong pigilan ang mga pananabik ng iyong madamdaming kaluluwa

At sa mata ng imahinasyon, nakikita kitang sinisisi ang mga araw

Nagtanong siya tungkol sa matagal nang hinihintay na planeta ng suwerte

Para bang naririnig ko ang isang pananabik na bumabalot sa kaibuturan mo

Naririnig ko ang mga alingawngaw ng mga kampana nito sa pamamagitan ng eter ng kaluluwa

Nasulyapan ko ang barko ng iyong mga pananabik na nakaangkla sa malayong baybayin

Mga ibong may alaala ang pumapalibot sa kanya

At ang mga planeta ay sumusulyap sa kanya nang may palakaibigang pagkiling

Nararamdaman ko ang iyong pagnanais, kaibigan, para sa isang pag-asang iyong inaasam

Nawa'y tumagos ka sa mga ulap

At tumatagos ito sa isang mundong nagngangalang

Ito ay puno ng mga matamis na kahulugan at matatamis na hangarin

Natupad na ng buhay ang iyong mga pangarap

At ang kalungkutan ng kalungkutan ay napawi mula sa iyong maselang kaluluwa

At pinayaman niya ito ng pinakamagagandang pagsubok

At ang pinakamatamis na mga pangitain

Sumaiyo ang kapayapaan, kaibigan ko!

Mahmoud Abbas Masoud

Ang pilosopiya ng pagbili at ang kwento ng soro at uwak

Nagtanong siya, na nagsasabing: Mayroon bang pilosopiya ng pagbili na maaari kong gamitin sa aking buhay?

Sumagot siya: May mga taong nahuhumaling sa pagbili ng mga bagay na hindi naman nila kailangan, kaya sinasayang nila ang pera nila sa mga hindi kinakailangang luho.

Sabi niya: Ano ang payo mo?

Sumagot siya: Maging maingat at matalino sa pamimili. Kung mayroon kang pera, itabi ito at huwag pansinin ang mga patalastas na patuloy na nagtatangkang tuksuhin kang bumili ng mga bagay na hindi mo kailangan upang isuko ang iyong pinaghirapan na pera para sa mga bagong inobasyon o mga pamumuhunang "garantisado ang tubo". Sa tuwing may sumusubok na hikayatin ka sa pamamagitan ng matatamis na pananalita at mga mapang-akit na alok, alalahanin ang kwento ng soro at uwak.

Sabi niya: "Maaari mo bang ulitin para sa akin?"

Sumagot siya: Noong unang panahon, may isang uwak na may dalang piraso ng keso sa kanyang tuka nang tumulo ang laway ng isang soro dito, at ninasa niya ito para sa kanyang sarili. Dahil dalubhasa sa tuso at panlilinlang, sinabi ng soro sa uwak, "Sana ay kantahan mo ako ng isang himig, Ginoong Uwak, dahil narinig ko na ang iyong boses ay malambing at kilala sa tamis nito." Natuwa ang uwak sa papuri, at ibinuka ang kanyang tuka upang kumanta, ngunit pagkaawit niya, ang piraso ng keso ay nadulas mula sa kanyang bibig at nahulog sa lupa. Mabilis itong kinuha ng soro at binati ang sarili sa kanyang madaling makuhang premyo. Kaya, mag-ingat sa mga taong sinusubukang

impluwensyahan ka sa sikolohikal na aspeto, dahil may gusto sila sa iyo. At huwag mong hayaang pagsamantalahan ka ng sinuman sa pamamagitan ng pambobola o pagyayabang sa iyo upang pagnasaan ka ng isang bagay na hindi kinakailangan para sa iyong tagumpay at tunay na kaligayahan.

Sabi niya: May paraan ba para maging sapat sa sarili?

Sumagot siya: Pasimplehin mo ang iyong buhay upang hindi ka umasa sa labis na pag-aari. Ang awtomatiko at patuloy na pagpapakasasa sa mga pagnanasa ay nagtataboy ng kasiyahan at lumilikha ng kalungkutan at paghihirap. Kung gagawin mong kumplikado ang iyong buhay sa napakaraming bagay, hindi mo masisiyahan ang alinman sa mga ito. Ngunit kung susuriin mong mabuti ang iyong buhay, makakahanap ka ng maraming paraan upang mabawasan ang iyong mga luho nang hindi nakakaramdam ng kakulangan.

Sabi niya: Ano ang opinyon mo sa pagbili nang hulugan?

Sumagot siya: Una, mag-ipon para sa mga kailangan mo at bumili ng mga kailangan mo gamit ang cash, nang walang abala sa mga hulugan, mataas na interes, at sakit ng ulo. Siyempre, may benepisyo sa pakikitungo sa mga gustong magbenta ng kanilang mga paninda para kumita, ngunit huwag mong hayaang mamuhay nang lampas sa iyong makakaya, dahil kung gagawin mo iyon, mawawala sa iyo ang lahat, huwag naman sana, kapag naharap ka sa isang malubhang krisis o isang biglaang pagliko sa daan, at ang "mapang-akit na pang-akit" ay naghihintay.

Tinanong niya: Ano ang kahulugan mo ng pag-iipon?

Sumagot siya: Ang pag-iipon ay isang sining at nangangailangan ng sakripisyo. Ngunit kung magtitipid ka sa

mga bibilhin at mamumuhay nang simple, makakapag-apon ka ng kita nang regular, at maaalala mo ang kasabihang, "Patak-patak, ang batis ay magiging lawa," sa tulong ng Makapangyarihan.

Nawa'y pagyamanin kayo ng Diyos mula sa Kanyang masaganang biyaya, mga kaibigan

Sumainyo ang kapayapaan

Pagninilay-nilay sa sarili at tagumpay

Aniya: Totoo ba na ang isang taong nagtatanong sa kanyang sarili ay isang uri ng proseso ng pagsisiyasat sa sarili?

Sumagot siya: Tama iyan

Aniya: Kung gusto kong magsabuhay ng ganitong pagninilay-nilay, ano ang maipapayo mo sa akin na itanong sa aking sarili?

Sumagot siya: Tanungin ang iyong sarili tungkol sa layunin ng iyong buhay. Ikaw ang pinakamaunlad na nilalang, at inilagay ng Diyos sa iyo ang isang marangal na kaluluwa na siyang iyong esensya.

Sabi niya: Ano ang magbabago kung matanto ko ang katotohanang ito?

Sumagot siya: Makakamit mo ang walang hanggang tagumpay, matitikman mo ang masayang kagalakan, matutupad ang lahat ng iyong marangal na hangarin, malalampasan mo ang lahat ng iyong mga paghihirap, at hindi ka mabibitag ng mundo gamit ang mga patibong nito o maliligaw ka gamit ang mga ilusyon nito.

Aniya: Ngunit ang buhay ay puno ng mga problema at puno ng masasakit na pangyayari

Sumagot siya: Oo, ang buhay ng tao ay isang bukas at patuloy na paghaharap sa mga problema, at bawat isa ay may kanya-kanyang problema. Bilyun-bilyong tao at bilyun-bilyong problema ang kailangang harapin araw-araw. Ang ilan ay dumaranas ng mga problema sa puso, ang ilan ay nagrereklamo ng sipon, ang ilan ay umaapaw sa pera, ang ilan ay lubos na ayaw sa kahirapan, at ang iba ay hindi nag-aabalang mag-isip at samakatuwid ay hindi gaanong alam ang mga problema, dahil hangga't busog ang kanilang mga tiyan, perpekto ang mundo para sa kanila. Ngunit sino ang mga tunay na masayang tao sa buhay, at sino ang mga matagumpay?

Aniya: Bilang panimula, ano ang pamantayan ng tagumpay?

Sumagot siya: Ang kaligayahan ang tunay na sukatan ng tagumpay, anuman ang titulo sa trabaho o katayuan sa lipunan. Ang umiiral na konsepto ng tagumpay ay ang pagkakaroon ng kayamanan, mga kaibigan, at magaganda at marangyang ari-arian—ang tinatawag ng ilan na buhay na puno ng karangyaan. Ngunit ang mga materyal na tagumpay ay hindi nangangahulugang tunay na tagumpay.

Nagtanong siya: Ano ang dahilan?

Sumagot siya: Dahil ang mga bagay at pangyayari ay maaaring magbago Ngayon, maaaring mayroon ang isang tao, at bukas ay maaaring wala na ang mga ito. Kaya, huwag isipin na ang pagiging milyonaryo ay garantiya ng tagumpay. Ang isang tao ay maaaring magsikap at magpakahirap nang walang pagod upang anihin ang mga gantimpala ng tagumpay sa kanilang larangan, ngunit maaaring mabigla silang matuklasan na ang kanilang buhay

ay kulang sa balanse at wala silang kalayaan na masiyahan sa mga bagay na gusto nilang gawin. Sa halip, maaaring dumami ang mga alalahanin, at maaari silang maging stressed at balisa hanggang sa punto na lumala ang kanilang kalusugan at sila ay maging biktima ng depresyon. Kaya, ang ilusyonaryong tagumpay ay naglalaho, at pakiramdam nila ay nasayang nila ang kanilang buhay at lahat ng kanilang mga pangarap ay naglaho.

Aniya: Ang kalusugan ba ay nangangahulugan ng tagumpay?

Sumagot siya: Ang isang tao ay maaaring magkaroon ng malakas na pangangatawan (tulad ng kabayo) ngunit kulang sa kayamanan upang suportahan ang kanyang sarili, at sa gayon ay makaramdam ng hinanakit at kapaitan dahil sa kawalan ng mga pangangailangan at pangunahing kaalaman sa buhay. O maaaring mayroon siyang kalusugan at kayamanan ngunit kulang sa kasiyahan. Ang pagpapakain sa katawan at pagbibigay-kasiyahan sa kayabangan ay hindi nakakapagpakalma sa maamong kaluluwa. At maaaring taglayin niya ang lahat ngunit nakakaramdam pa rin ng lubos na kahirapan.

Sabi niya: At ang konklusyon?

Sumagot siya: Maliban kung ang isang tao ay may kaligayahan sa kanyang puso, hindi siya maituturing na matagumpay.

Sabi niya: Mayroon pa ba?

Sumagot siya: Sapat na ito para sa araw na ito. Nawa'y dagdagan ng Diyos ang iyong kaalaman at pasayahin ka sa magkabilang mundo.

Sumainyo ang kapayapaan

Ang mga kalungkutan ng iba

Maari ko bang makita ang luha ng iba?

Nang hindi rin nakakaramdam ng lungkot?

At nararamdaman ko ba ang kalungkutang kanilang dinaranas?

Nang hindi sinusubukang bawasan ito?

May kakayahan ba akong makakita ng luhang pumapatak?

Nang hindi ibinabahagi ang nararamdaman sa may-ari nito?

Naririnig ba ng ama ang iyak ng kaniyang anak?

Nang hindi nakikiramay sa kanya?

Naririnig ba ng isang ina ang mga ungol ng kanyang sanggol?

At ang takot na bumabalot sa kanya

Nang hindi maaapektuhan?

Hindi, Hindi, Imposible ito!

Kailanman, kailanman, imposible 'yan!

Huwag mong isipin na walang alam ang Diyos

Isang buntong-hininga lang ang ating hinihinal

Huwag mong isipin na kahit isang luha lang ay ibinuhos namin

Nang hindi nakikita ng ating Lumikha

Ang Diyos ay nagbibigay sa atin ng kagalakan

Marahil sa paggawa nito, matatapos ang ating paghihirap

Sinasamahan niya tayo ng kanyang awa at lambing

Hanggang sa tuluyang mawala ang ating paghihirap

Ang ating mga kalungkutan ay maglalaho

Mga espirituwal na tanglaw

www.swaidayogacom

Ipakita mo sa akin ang Iyong mensahe, O Panginoon, na nakaukit sa mga letra ng liwanag sa mga pahina ng aking puso, at hayaan mong marinig ko ang Iyong mga bulong sa templo ng aking konsensya, at punuin ang sisidlan ng aking isipan ng Iyong kaalaman, Iyong awa, at Iyong kapayapaan

Ang trabaho ay mahalaga at isang makapangyarihang motibasyon para sa talino at pagkamalikhain ng tao. Gayunpaman, kung ang layunin ng trabaho ay ang mag-ipon lamang ng kayamanan, mawawalan ito ng halaga at kahalagahan. Ang trabaho ay dapat pangunahing nakatuon

sa paglilingkod, at ang produktong ibinebenta ay dapat na
.may mataas na kalidad at kapaki-pakinabang sa iba

* * *

Pinagkalooban ako ng Diyos ng liwanag, buhay, lakas,
karunungan, talino, at espirituwal na kaligayahan. Ilulubog
ko ang aking sarili sa karagatan ng banal na pag-ibig sa
pamamagitan ng kaligayahan ng pagmumuni-muni. At
dadalhin ko ang banal na presensya sa aking isipan upang
malutas ang mga problema ng buhay (2)

O Panginoon, sa liwanag ng aking manipis na kandila ng
pag-ibig, babasahin ko ang Iyong ginintuang aklat na nasa
akin mula pa noong walang hanggan. Ang Iyong pag-ibig, O
Panginoon, ay ang liwanag ng kapayapaan na nagtataboy sa
aking kadiliman at nagbibigay-liwanag sa aking landas (2)

* * *

Ang matinding baha ng espirituwal na kapayapaan ay
tumatagos sa kaluluwa ng naipon na mga takot at tambak
ng mga alalahanin

Hahanapin ko ang Diyos sa pag-iisa ng aking kaluluwa
at mananalangin ako nang malalim hanggang sa tumibok
ang aking puso ng Kanyang pagmamahal at matanggap ko
.ang Kanyang tugon

Panginoon, hinihiling ko na pagsamahin Mo ang liwanag
ng aking kaluluwa at ang Iyong kosmikong liwanag. Ipaalam
Mo sa akin na ang Iyong karunungan ay nagbibigay-liwanag
sa aking isipan, ang Iyong lakas ay nagpapanatili sa akin, at
.dumadaloy sa aking mga ugat

* * *

Pupunuin ko ang aking isipan ng kapangyarihan ng
pananampalataya at pagtitiwala na walang makakasama sa
akin dahil palagi akong napapalibutan ng banal na
.proteksyon

O Panginoon, hayaang ang mga baga ng aking
pananabik ay laging magningas nang maliwanag sa Iyong
pinagpalang presensya. Nawa'y gabayan ako ng Iyong
karunungan at ang Iyong presensya ang maging
.pinakamalaking kagalakan sa aking buhay

* * *

Ang tunay na siyentipiko ay nakikilala sa pamamagitan
ng isang kahanga-hangang katangian: pagiging bukas ang
isipan at malawak na pananaw. Nagsisimula siya sa simple
at pangunahing impormasyon, unti-unting unti-unting
inilalahad ang mga batas ng kalikasan at kung paano
gumagana ang mga ito. Pagkatapos ay inilalahad niya ang
mga resulta ng kanyang pananaliksik sa mundo, laging
handang patuloy na tuklasin ang kalikasan at esensya ng
mga bagay. Ang mga pagsisikap ng mga siyentipikong ito
ang humantong sa pagtuklas ng mga batas ng kalikasan, na
nagparami sa mga benepisyong tinatamasa ng
sangkatauhan. Unti-unti, natututuhan natin kung paano
ilapat ang mga batas na ito sa magkakaiba at laganap na
paraan, tulad ng nakikita sa mga kaginhawahan na
.ginagamit natin sa pang-araw-araw na buhay

* * *

Ang kaligayahang ipinagkakaloob ng Diyos ay walang
kapantay sa anumang kaligayahan sa lupa. Ang espirituwal
na kagalakan ay walang hanggan, at kapag ang lahat ng iba
pa ay kumukupas at naglalaho, ang kagalakang iyon ay
nananatiling hindi nagbabago. Sinuman ang nagnanais na
makamit ang kagalakang iyon ay dapat maglaan ng oras sa
pagmumuni-muni, pagninilay-nilay sa Diyos, at pakikipag-
ugnayan sa Kanya, sapagkat ang espirituwal na pakikipag-
.ugnayan sa Diyos ay nagbibigay ng tunay na kaligayahan

Hardin ng Bagong Taon

Ang mga alingawngaw ng nakaraang taon, kasama ang
mga kalungkutan at tawanan nito, ay naglaho na at ngayon
ang alingawngaw ng awit ng Bagong Taon ay umaawit nang
nakapagpapatibay-loob, nagbabalita ng pag-asa, at
:bumubulong

Hubugin mo nang perpekto ang iyong buhay, talikuran"

"ang mga damo ng mga lumang takot
Mula sa inabandunang hardin ng nakaraan, tipunin at
iimbak lamang ang mga buto ng kagalakan, mga tagumpay,
mga pag-asa, mabubuting kaisipan at gawa, at mga
marangal na mithiin. Sa sariwang lupa ng bawat bagong
araw, ihasik ang mga makapangyarihang butong iyon,
diligen ang mga ito, at alagaan ang mga ito hanggang sa
lumaki ang mga ito at ang iyong buhay ay mamulaklak
.kasama ang mga pambihirang birtud ng pamumulaklak

:Bumubulong ang bagong taon

Gisingin ang espiritu, na bihag ng mga nakagawian, at"
himukin itong magsagawa ng mga bago at kapaki-
pakinabang na pagsisikap. Huwag tumigil sa pagsubok at
huwag magpahinga hanggang sa makamit mo ang walang
hanggang kalayaan at malampasan ang karma (ang patuloy
na paghabol at paghahangad ng mga bunga ng mga
"nakaraang kilos)

Taglay ang ginhawa at ang patuloy na pag-asa, tayo'y
magsaya at maglakad nang magkahawak-kamay patungo sa
.tahanan sa langit na hindi na natin muling lalabasan

* * *

Kung aalalahanin mo ang Diyos at gagawin Siyang
sentro ng iyong buhay, at kung mananalangin ka sa Kanya
nang taimtim at malalim, tiyak na makakatanggap ka ng

tugon mula sa Kanya, sapagkat ang taimtim at taos-pusong
mga panalangin ay umaantig sa puso ng Diyos RE-123

Ito ang nagniningning na bukal ng karunungan at
inspirasyon, ang mabangong halimuyak na nagmumula sa
mga hardin ng mapagmahal at mabubuting puso, ang bango
ng mga makalangit na rosas at namumulaklak na mga
kaisipan, ang pag-ibig na nagbibigay-inspirasyon sa ating
.pag-ibig at dumadaloy sa ating mga puso

* * *

Ang iyong matalik na kaibigan ay iyong
mapagkumbabang nagmumungkahi kung paano mo
mapapabuti ang iyong sarili, dahil ang patuloy na
pagpapalibot sa iyong sarili ng mga mambobola at
manloloko ay humahadlang sa iyong espirituwal na paglago.
Dapat nating pahalagahan ang piling ng mga taong
nagsasabi ng totoo at tumutulong sa atin sa pinakamahusay
.na paraan

* * *

Madalas na binabalewala ng mga magulang ang mga
kapintasan ng kanilang mga anak at pinipiling balewalain
ang mga ito. Kung hindi nila makita ang mga pagkukulang
ng kanilang mga anak, walang alinlangang may mali sa
kanilang pagmamahal. Dapat matutunan ng mga magulang
ang walang kundisyong pagmamahal upang makita nila ang
mga pagkakamali ng kanilang mga anak at matulungan
.silang itama ang mga ito at makatahak sa tamang landas

* * *

Kung gusto mong maging masaya sa lahat ng oras,
huwag mong hayaang maging kampante o tamad ka, at
huwag mong balewalain ang mga materyal na balakid na
humahadlang sa iyong kaligayahan. Gawin mo ang iyong
makakaya upang malampasan ang mga balakid na iyon at
maisakatuparan ang lahat ng mga gawaing kailangan mong

gawin nang may kusang-loob na puso at nakapokus na pag-
.iisip

* * *

Panginoon, tingnan natin ang kabutihan hindi nang may
takot at pangamba, kundi nang may pagmamahal at
paggalang. Unawain natin na ang pagsunod sa iyong mga
batas moral ay magpuputong sa atin ng mga karangalan ng
iyong biyaya. Iniutos Mo ang mga tuntunin ng kabanalan
upang pangalagaan ang ating kaligayahan. Talikuran natin
ang mga landas ng kasalanan, na laging humahantong sa
sakit at pagdurusa, at kilalanin natin na ang kabutihan ay
higit na kaakit-akit kaysa sa bisyo. Tulungan Mo kaming
maunawaan na ang kasamaan, na sa una ay tila kaaya-aya
at nakalulugod, ay unti-unting nagiging isang nakamamatay
na lason, at ang kabutihan, na sa una ay mapait ang lasa, sa
!huli ay nagiging matamis na nektar

* * *

Walang silbi ang mga pag-aalala; lalo lamang nitong
pinapabigat ang puso ng mas maraming pag-aalala. Kapag
natapos mo na ang iyong pang-araw-araw na gawain,
iwasang isipin ang mga ito o dalhin ang mga ito pauwi. Ang
mga pag-aalala ay bumubuo ng isang makapal na patong ng
madilim at maulap na ulap sa paligid ng iyong isipan, na
humahadlang sa iyong kakayahang makita ang landas nang
malinaw at madali. Dapat tayong matutong umasa sa Diyos
.nang higit pa

Ang buhay ay dapat nakasentro sa paglilingkod, dahil
kung wala ang mithiing ito ng tao, ang kamalayang
ipinagkaloob ng Diyos sa sangkatauhan ay hindi
makakarating sa buong potensyal nito. Kapag naglilingkod
tayo sa iba at kinalimutan ang ating maliliit na ego,
.mararamdaman natin ang banal na presensya

* * *

Mas matimbang ang kabutihan kaysa sa kasamaan sa
mundong ito dahil ang Diyos ang sukdulang kapangyarihan.

Ngunit kapag dumarating sa atin ang kasamaan, madalas nating nadarama na wala tayong kapangyarihang kontrolin o malampasan ito. Hindi maiiwasan ang mga bagyo ng kasamaan, ngunit malalampasan natin ang mga epekto nito .at malampasan ang mga ito

Nang matikman ng disipulo ang tamis ng banal na pag-ibig, nararamdaman niya ang walang katapusang mga alon ng kaligayahan na bumabalot sa kanya, at nakakaramdam siya ng labis at nag-aalab na pananabik sa Diyos, kaya't siya ay nanalangin nang may malalim na konsentrasyon at nagsusumamo sa Diyos mula sa kaibuturan ng kanyang puso .hanggang sa sagutin siya Niya

* * *

Kapag ang pag-ibig ay napalitan ng nakakabagot na rutina, sekswal na obsesyon, materyal na pagkahumaling, emosyonal na pagkabalisa, pagsasamantala, at ang biglaang pagbabago mula sa pagiging malapit patungo sa pagkasuklam, saka lamang maglalaho ang pag-ibig sa mga .puso at magiging isang bagay ng nakaraan

* * *

Sa panaghoy ng biyolin at panaghoy ng plawta, sa himig ng organo at sa pagtugtog ng oud, naririnig ko ang tinig ng Diyos Sa puso ng kaluluwa ay naroon ang kaligayahang hinahanap ng aking kaluluwa Bigla kong naramdaman ang Kanyang kaligayahan, na nakaimbak sa pugad ng aking katahimikan Pipigain ko ang pugad at lalasapin ang nektar .ng walang hanggang kaligayahan

Ang pananabik sa Diyos ay nangangahulugang pagmamahal sa Kanya. Ang pananabik sa Diyos ay dapat na taos-puso, dalisay, malalim, at maningning. Kung nais nating makatanggap ng tugon mula sa Kanya, dapat nating isuko ang ating mga puso sa Kanya at magsumamo sa Kanya mula

sa kaibuturan ng ating mga puso hanggang sa matanggap
.natin ang pinagpalang tugon na iyon
Ang banal na pag-ibig ay mas malakas kaysa sa
kamatayan at mas nagtatagal kaysa sa anumang
manipestasyon ng panandaliang buhay

* * *

Lakarin ang mga landas ng buhay nang may matibay na
katatagan na walang nalalamang pag-urong o pag-atras, at
may matibay na pananampalataya na ang malikhain at
walang hanggang kapangyarihan ng Diyos ay laging kasama
.at susuportahan ka

Tinutugon ng Diyos ang taos-pusong pagsusumamo ng
taimtim na disipulong iyon na nagpapahayag ng kanyang
pananabik at pananabik at humihingi ng tulong sa kanya
nang may kumpiyansa at pag-asa, at tiyak na lalapit Siya sa
kanya upang iligtas siya at iligtas siya mula sa kanyang mga
.paghihirap

Ang lumulutang na kumot, ayon sa isinalaysay ng
:pantas na si Paramahansa

Minsan, dalawang magkaibigan ang naglalakad sa
pampang ng ilog nang makita nila ang tila isang lumulutang
na kumot. Isa sa kanila ang tumalon sa ilog at lumangoy
papunta sa "kumot". Gayunpaman, natagalan siya bago
bumalik sa pangang. Napansin ng kanyang kaibigan na
nahihirapan siya sa "kumot" at iyon ang dahilan ng kanyang
:pagkaantala, kaya tinawag niya ito

"?Bakit hindi mo na lang siya iwan at bumalik"

:Sumagot ang kanyang kaibigan

Iyan ang sinusubukan kong gawin, pero kumakapit sa"

".akin ang kumot at ayaw akong pakawalan at bumalik

Laking gulat niya nang huli na niyang mapagtanto na
.ang inaakala niyang kumot ay isa palang lumangoy na oso
Isaalang-alang ang posisyon ng iyong paa bago ka]

[!humakbang

Karamihan sa mga tao ay gumagawa ng mga
resolusyon ngunit hindi ito naipapatupad, at dahil dito,
nahuhulog sila mula sa rurok ng tagumpay kahit na
nangangarap silang umakyat sa tuktok. Natutuklasan ng
mga taong sinasayang ang kanilang determinasyon na
habang mas nagsisikap sila para sa tagumpay, mas
lumalalim ang kanilang paglubog sa kumunoy ng kabiguan.
Gayunpaman, ang mga may matibay na determinasyon ay
hindi tumitigil sa pagsubok, gaano man karaming beses
mabigo ang kanilang mga pagsisikap, hanggang sa maabot
.nila ang kanilang mga lehitimong layunin

* * *

O Pangkalahatang Manggagamot, hayaan mo akong
uminom hanggang sa ako'y mawalan ng malay sa matamis
at nakapagpapagaling na tubig ng iyong kapayapaan, upang
madama ko ang iyong nakakapreskong kagalakan at ang
iyong sigla na hindi naaapektuhan ng kahinaan at
.pagkapagod

* * *

Ang banal na tinig ay nagsasalita sa lahat ng taos-
pusong puso na sumasalamin sa mas matataas na
bibrasyon. Ang tinig ng karunungan ay tumatawid sa eter
upang maghanap ng magkakasundong kaisipan na
naghahanap ng kapayapaan, kagalakan, at sagradong
.kaalaman

* * *

Ang tao ay nagbibigay sa atin ng kanyang payo at
pagkatapos ay hinahayaan tayong umani ng bunga ng ating
mga gawa [na maaaring resulta ng kanyang maling payo]
Ngunit ang Diyos ay nagbibigay sa atin ng patnubay at ang
Kanyang daan ay palaging humahantong sa kaligayahan at
.kabutihan

Mamuhay tayo sa liwanag ng Diyos at mapagtanto na sa
likod ng bangungot na ito sa lupa ay mayroong walang
hanggang paggising. Damhin natin ang banal na presensya
.sa likod ng bawat madilim na anino

* * *

Kung paanong ang bubuyog ay laging naghahanap ng
matatamis na bulaklak, gayundin ang banal na pag-ibig ay
darating sa ating buhay kapag ang mga ito ay puno ng
.mabubuting kaisipan at mabubuting intensyon

* * *

Kapag napupuno ka ng kagalakan dahil sa pagpapasaya
ng iba, pakikitungo sa kanila nang mabait, at
pagpaparamdam sa kanila ng kaligtasan at kapayapaan,
nalulugod ka sa Diyos at itinuturing kang matagumpay sa
.buhay

* * *

Kapag may problema tayo sa ating mga kaibigan o
mahal sa buhay, dapat nating sikaping lutasin ang sitwasyon
sa lalong madaling panahon. Walang saysay at hindi
matalinong palalain ang sitwasyon sa pamamagitan ng
sisihan, pagtatalo, at sigawan, kahit na ang ibang tao ang
may kasalanan. Matutulungan natin ang ating mga mahal sa
buhay na mapabuti ang kanilang pag-uugali at itama ang
kanilang mga pagkakamali sa pamamagitan ng ating
positibong halimbawa, sa halip na gumamit ng malupit na
.pagkondena at masasakit na salita

* * *

Panginoon, hinihiling ko na ang aking kaluluwa ay
makatagpo ng kapayapaan at makita ang mga sinag ng pag-
asa sa likod ng mga ulap ng kawalang-bahala. Nawa'y
sumikat ang buwan ng katiyakan sa langit ng aking puso,
upang aking madama ang katahimikan at kapayapaan ng
.isip

Ngayon ay nararamdaman kong nagniningning ka sa
abot-tanaw ng aking isipan, at ang mga ulap ng
kamangmangan ay naglalaho salamat sa iyong pinagpalang
.liwanag at sa iyong nakaaaliw at pinagpalang presensya

* * *

Ang puso ng tapat na naghahanap ay palaging

:umaalingawngaw

Diyos ko at aking Minamahal, ayaw kong mabihag ng"
mga patibong at ilusyon ng mundong ito, at nais ko lamang
gisingin ang Iyong pag-ibig sa kaluluwa ng mga tao. Ang
puso ko, ang kaluluwa ko, ang katawan ko, ang isip ko, at
lahat ng aking ari-arian ay sa Iyo." Ang ganitong pag-ibig ay
nakakarating sa Diyos, at ang gayong naghahanap ay
.nakikilala ang Diyos

Mahal kong Diyos, alam kong Ikaw ay naroroon sa lahat

ng dako. Tulad ng mahalagang langis na nakatago sa mga
hindi pinigang olibo, gayundin ang langis ng Iyong
pinagpalang presensya ay pinadalisay sa piga ng
pagmumuni-muni sa Iyo at sa patuloy na lumalaking
.pananabik sa Iyo

* * *

Ang tukso ay isang mapanlinlang, magkasalungat, at
nahuhulaang mapilit na ideya ng kasiyahan. Ang enerhiyang
nalilikha ng ideyang ito ay dapat gamitin sa paghahanap ng
katotohanan na nagdudulot ng kaligayahan, sa halip na sa
mga maling aksyon na nagdudulot ng pagkabalisa at
.pagdurusa

Sa pamamagitan ng karanasan, disiplina sa sarili, at
karunungan, natututo tayong makilala ang pagkakaiba ng
mga maliit at huwad na alindog ng mundong ito at ng dakila
.at walang hanggang kagandahan at kagalakan ng Diyos

* * *

Ang pananampalataya sa aking puso ay isinilang mula *
sa intuwisyon at persepsyon. Hinihimok ako nito at
binubulungan na hanapin ang kayamanan ng banal na pag-
.ibig sa loob ko

Ang pag-iisip tungkol sa Diyos ang pinakadakilang lunas
sa mga alalahanin ng mundong ito, kaya naman isasagawa
.ko ito nang taos-puso, malalim, at palagian

O Panginoon, hipuin Mo po ang mata ng aking*
pagninilay-nilay upang ito'y bumaling sa loob at masdan ang
araw ng espirituwal na kaligayahan na nagliliyab sa aking
.puso

At tulungan mo akong buksan ang mga pinto ng
katahimikan upang matanggap ang nakapagpapagaling na
.sinag ng iyong pinagpalang liwanag

Aalisin ko ang kawalan ng pag-asa at gagawin ko ang
aking makakaya upang madama ang Iyong presensya, O
Panginoon, sa pagmumuni-muni, at hahanapin Kita nang
buong puso at katawan ko hanggang sa ipakilala Mo ang
.Iyong sarili sa akin

Ang paglilimita sa mga iniisip sa panandalian at pabago-
bagong mga pangyayari at kundisyon ay maglilimita sa
kamalayan sa mga panlabas na bagay. Sa halip, dapat ituon
ang pansin sa walang hanggan, sa hindi nagbabago, at
gawin itong sentro ng atensyon at pag-iisip. Ang mga
gumagawa nito ay mababalot ng espirituwal na magnetismo
.at lilinawin ng banal na liwanag

* * *

Nawa'y ang iyong halimuyak, O Panginoon, ay lumabas
mula sa bulaklak ng aking kaluluwa at makaakit ng mga
.kaluluwa sa templo ng iyong presensya

Nawa'y tumibok ang iyong pag-ibig sa aking puso,
upang ito'y tumibok nang may pagkakaisa at kasundo ng
lahat

Pagpalain mo ang aking mga iniisip, O Panginoon,
upang madala ko ang mga nauuhaw sa aking kaluluwa sa
bukal ng Iyong kapayapaan. Maging panauhin ko ang aking
walang hanggang panauhin at manahan sa templo ng aking
.katahimikan at kagalakan

Hindi kita malilimutan, at hindi ako tatahakin ang mga
landas ng buhay kung wala ka
Pagkalooban Mo ako ng matinding mgapananabik, at sa
buhay na alingawngaw ng debosyon sa Iyo, iparinig Mo sa
.akin ang Iyong pinagpalang tinig
Araw-araw ay hahanapin ko ang kaligayahan nang higit
pa sa aking isipan at paunti nang paunti sa pamamagitan ng
.mga materyal na pagnanasa
Yumuyuko ako sa Iyo, Panginoon, nang may
pasasalamat at pasasalamat, sapagkat sa pamamagitan ng
Iyong biyaya, ang aking espirituwal na mga hilig at
positibong mga tendensiya ay magtatagumpay sa negatibiti
at kasamaan ng buhay. Tulungan Mo akong palakasin ang
aking determinasyon na talikuran ang mga mapaminsalang
gawi na nagdudulot ng masamang resulta at linangin ang
mga kapaki-pakinabang na gawi na nagdudulot ng
mabubuting resulta. At tulungan Mo akong panatilihing
nagliliyab ang apoy ng pag-asa sa aking puso habang ako'y
.naglalakbay patungo sa Iyo

* * *

Ang kalooban ng tao ay hindi dapat alipinin ng mga
kapritso, pagnanasa, at mapaminsalang mga gawi. Hindi ito
nangangahulugan ng pagpigil sa paggamit ng kalooban,

kundi sa halip ay paggamit ng pag-unawa sa aplikasyon nito
.upang ito ay naaayon sa banal na kalooban
Sinumang naghahangad ng kaligayahan at tagumpay ay
dapat magkaroon ng matibay na pananampalataya sa Diyos,
itaas ang kanilang kamalayan sa antas ng panloob na
kapayapaan at katahimikan, magtuon sa lakas ng loob at
katapangan, magkaroon ng lakas ng loob at determinasyon,
at gampanan ang kanilang mga tungkulin nang mahinahon
.at may kumpiyansa

* * *

Handa akong ibigay ang buong buhay ko sa isang taong
tapat, ngunit iniwasan ko ang mga mapagkunwari at mga
taong hindi tapat. Hindi ako nambobola o nanlilinlang ng
.sinuman, at ganito dapat tayo mamuhay sa mundong ito

* * *

Dapat tayong magkaroon ng lakas ng loob, maging
tapat, at palibutan ang ating sarili hindi lamang ng mga
taong maaari nating bigyan ng inspirasyon, kundi pati na rin
.ng mga taong maaaring magbigay-inspirasyon sa atin

* * *

Magagawa ko lamang ang lahat ng aking mga tungkulin
sa pamamagitan ng paghiram ng aking lakas mula sa Diyos.
Kaya naman, ang una kong hangarin ay ang palugdan Siya.
Ang Diyos ang unang pag-ibig sa aking puso, ang
pinakadakilang ambisyon sa loob ko, at ang sukdulang
.layunin ng aking kalooban at isipan
Maganda ang balanse at dapat itong maging pundasyon
at pundasyon ng ating mga damdamin at kaisipan

* * *

Ang taong mapagmalasakit, ang umiibig sa pagiging
hindi makasarili, ay hindi hinahayaang diktahan siya ng
pagkamakasarili, sapagkat imposibleng maranasan ang
dalisay na kagalakan maliban kung ang isa ay malawak ang
pag-iisip at mabait, na naghahanap at naghahangad ng

kaligayahan para sa iba pati na rin para sa sarili. Ito ay isang
.unibersal at hindi nagbabagong prinsipyo

* * *

Naaalala ko pa noong nagkaroon ako ng hindi
inaasahang karanasan; mula sa likod ng mga ulap ng
pagmumuni-muni, biglang lumitaw ang buwang-liwayway ng
.esprituwal na kaligayahan at nilamon ang aking pagkatao
Ang pinagpalang karanasang iyon ay lumampas sa lahat
ng inaasahan. Nakaramdam ako ng di-maipaliwanag na
kagalakan, at ang liwanag ng kaligayahan ay nagliwanag sa
bawat madilim na sulok ng aking kamalayan, pinapawi ang
mga anino ng kalituhan at mga tanong. Ang liwanag na iyon
—tulad ng mga X-ray—ay tumagos sa mga magaspang na
ibabaw at nagsiwalat ng mga bagay na nasa kabila ng abot-
.tanaw ng ordinaryong paningin

* * *

Ang walang humpay na pagtibok ng iyong puso ay
marahang nagpapahayag ng presensya ng walang hanggang
kapangyarihang lampas sa mga pintuan ng iyong kaalaman.
Ang banayad na pagtibok ng buhay na sumasaklaw sa lahat
:ay bumubulong sa iyo

Huwag mo lamang tanggapin ang kaunting agos ng"
aking buhay, kundi palawakin mo ang saklaw ng iyong mga
pandama at hayaan mong ilubog ko ang iyong dugo,
katawan, isip, pandama, at kaluluwa sa pulso ng aking
".kosmikong buhay

* * *

Panginoon, hayaan Mong maramdaman ko ang Iyong
presensya sa bawat kilos na aking ginagawa. Tulungan Mo
akong iwaksi ang anino ng takot na tumatakip sa liwanag ng
Iyong patnubay. At hayaang mamulaklak ang mga bulaklak
ng aking pananabik sa hardin ng aking puso habang
.hinihintay ko ang buwang-liwayway ng Iyong pagdating

* * *

Alisin ang mga iniisip na pagkabigo gamit ang mga
positibong kaisipan ng tagumpay at maging optimistiko, at
alisin ang mga takot sa pamamagitan ng hindi pag-iisip
tungkol sa mga ito

Alisin ang mga kalungkutan gamit ang liwanag ng
kaligayahan, at palitan ang mga walang kwentang salita ng
pagmamahal at paggalang

Alisin ang mga hindi malusog na kaisipan mula sa trono
ng kalusugan at palitan ang mga ito ng mga matinong
kaisipan at malusog na damdamin

Alisin ang kaguluhan at pagkabalisa sa iyong puso, at
alisin ang mga ulap ng kamangmangan mula sa abot-tanaw
.ng iyong buhay

* * *

Ang taong nagtatagumpay sa laban ng buhay ay
nagdadala ng kanyang pagdurusa bilang isang tanda ng
karangalan sa kanyang dibdib

* * *

Pagpalain Mo po ako, O Panginoon, upang ako'y
makakita lamang ng mabuti, mag-isip lamang ng mabuti, at
makihalubilo lamang sa mabubuti at banal na mga tao. At
hayaan Mo po akong magnilay-nilay sa Iyo, O Ikaw na
.pinagmumulan ng lahat ng kabutihan at katuwiran

Ilayo Mo sa akin ang mga multo ng kadiliman, at tingnan
Mo ako mula sa kaibuturan ng langit at mula sa mga pintuan
ng aking puso at damdamin, at magpakita Ka sa akin sa
.templo ng aking pag-ibig para sa Iyo

* * *

Dapat nating gawin ang ating makakaya upang
kontrolin ang ating mga damdamin sa lahat ng oras, upang
makontrol natin ang ating mga emosyon at mapigilan ang
ating mga sarili tuwing makakasalamuha tayo ng mga taong

may masamang ugali na mahilig manggulo sa kapayapaan
.ng iba at sirain ang kapaligiran sa kanilang paligid

Ang unang dapat isaalang-alang sa pag-uugali ng isang
tao ay ang pagpapabuti ng sarili. Ang isang mabuting tao, sa
pamamagitan ng kanyang marangal na pag-uugali, ay
makakatulong sa mga nakapaligid sa kanya na magbago
.para sa ikabubuti

* * *

Ang obsesyon sa mga pagnanasa ay bumubulag sa
isipan, at kapag ang hamog ng mga pagnanasa ay nababalot
ng talino ng isang tao, nawawala ang kanilang panloob na
balanse at kumikilos nang walang pag-unawa, batid na ang
likas na pag-unawa ang puwersang nagtutulak sa likod ng
bawat maayos na kilos at matuwid na pag-uugali. Kapag
nasira ang manibela ng mga kakayahan sa pag-iisip ng isang
tao, tiyak na mapupunta sila sa kailaliman ng sakit at
.paghihirap

* * *

Maaga o huli, ang mga ilusyon ng buhay ay maglalaho,
at ang layunin nito ay magiging malinaw. Kapag ang mga
ilusyon ng pagkabata at kabataan ay naglaho, ano pa ang
natitira? Matatagpuan lamang natin ang tunay na
kaligayahan sa pagiging malapit sa Diyos at sa pakiramdam
ng Kanyang presensya, na pumupuno sa kaluluwa ng
.katahimikan at kapayapaan

* * *

Dapat tayong maging makatotohanan sa ating mga
inaasahan at hilingin sa Diyos na tugunan lamang ang ating
mga mahahalagang pangangailangan, at alamin ang
pagkakaiba sa pagitan ng mga aktwal na pangangailangan
at mga hindi kinakailangang pagnanasa. Ang
pinakamahusay na paraan upang mapag-iba ang pagkakaiba
sa pagitan ng kung ano ang kinakailangan at kung ano ang

hindi kinakailangan ay ang paggamit ng lohika at
pangangatwiran at huwag maghangad na makakuha ng mga
bagay na walang silbi na hindi tayo makikinabang at mas
.makabubuti kung wala ito

* * *

Maaari akong maglakbay lampas sa pinakamalayong
mga planeta at bituin
Pero mamahalin kita palagi
Maaaring dumating ang iyong mga tagasunod, o
maaaring sila ay umalis sa sarili nilang landas
Pero lagi kitang makakasama at mamahalin
Maaaring ako'y ipagpalit-palit ng mga alon ng maraming
anyo

Pakiramdam ko'y nag-iisa at nag-iisa
Gayunpaman, mamahalin kita palagi
Maaaring makalimutan ka ng mundong puno ng
kaguluhan
Pero lagi kitang maaalala
Maaaring humina ang boses ko at mabigo ako
:Ngunit sa mga salita ng aking kaluluwa ay ibubulong ko
"Mamahalin kita magpakailanman"
Maaaring ako'y durugin ng mga pagsubok, sakit, at
kamatayan
Sinala ang aking katawan, ngunit hangga't nananatili ito
sa aking alaala
May natitira pang kislap ng pag-asa; tumingin sa aking
mga matang naghihingalo
:Sa pamamagitan nila ay sasabihin ko sa iyo
Mamahalin kita magpakailanman
!At mananatili akong tapat sa iyo magpakailanman

* * *

Kapag sinabi mong "Ang Diyos ay sumasaakin," tanging
kabutihan lamang ang darating sa iyo mula sa mga iniisip ng
iba. Palibutan ang iyong sarili ng Diyos, dahil ang Kanyang
kabanal-banalang pangalan ay isang kataas-taasang

kapangyarihan, isang hindi matitinag na kalasag kung saan
ang lahat ng negatibong mga vibrations at mga kaisipan ay
.yumuyuko at lumilihis

Ang espirituwal na kagalakan ay nakasalalay sa patuloy
na pagmumuni-muni sa Diyos at patuloy na lumalawak na
pananabik sa Kanya, at darating ang panahon na ang isip ay
hindi na maaalog o mayayanig ng pagkabalisa. Kung gayon,
walang pisikal na paghihirap o sikolohikal na krisis ang
makakapaglihis ng kamalayan mula sa presensya ng buhay
.na Diyos

Kay sarap talagang mapalapit sa Diyos, isipin Siya, at
!palaging maramdaman ang Kanyang presensya

* * *

Dapat mong sikaping makamit ang iyong tunay na
layunin nang may optimismo at kagalakan, at ang simpleng
pag-asam na makamit ito ay dapat magdulot ng kagalakan
sa iyong kaluluwa. Dapat ka ring magalak kapag nakamit mo
ang layuning iyon dahil ito ay isang tagumpay na karapat-
.dapat sa iyong kasiyahan

* * *

Sinasabing ang bubuyog ay labis na nabighani sa
halimuyak ng lotus kaya't nananatili ito sa puso ng bulaklak
nang matagal na panahon, sinisipsip ang nektar. Sa
paggawa nito, ang mga talulot ng lotus ay sumasara rito, at
ito ay namamatay sa loob ng lotus. Nariyan din ang usa sa
mga hilagang rehiyon, nalasing sa mga himig ng plawta.
Kapag tinutugtog ng mangangaso ang plawta, ang usa ay
lumalapit sa kanya at sinapit ang kanyang nakamamatay na
kapalaran. Mayroon ding ilang mga alagang elepante; ang
babaeng elepante ay ginagamit upang akitin at hulihin ang
iba pang mga elepante. Sa kontekstong ito, isang dakilang
:pilosopo ang nagsabi ng ganito

Nabighani ang bubuyog sa bango
At ang usa ay gumagawa ng tunog ng sipol
Nahulog ang elepante sa pagkabihag
Dahil sa nakakapukaw na haplos

Ngunit paano naman ang taong nagtataglay ng lahat ng
mga pandama na iyon? Ang payo ng pilosopo sa kanya ay:
"Huwag kang maging alipin ng iyong mga pandama, at
"huwag mong hayaang kontrolin ka ng anuman o sinuman
Para sa akin, sinasabi ko: "Tandaan na ang lahat ng
iyong mga pandama ay inilagay sa iyong paglilingkod at
dapat makinig sa iyong mga utos at sumunod sa iyong
"malay na kalooban

* * *

Ang tubig at yelo ay mga manipestasyon ng dalawang
di-nakikitang elemento, ang oksiheno at hidroheno, at ang
kanilang pag-iral ay isa lamang walang anyo at panandalian.
Gayundin, ang isip at materya ng tao ay mga manipestasyon
ng pangkalahatang isip, na nagtataglay lamang ng limitado
at relatibong pag-iral, sapagkat sa katotohanan, tanging ang
pangkalahatang isip lamang ang tunay na umiiral nang
.ganap

* * *

May mga taong walang tiwala sa kahit sino at
nagdududa sa posibilidad na makahanap ng mga tunay na
kaibigan; ang ilan ay ipinagmamalaki pa nga ang kanilang
kakayahang mabuhay nang walang kaibigan. Ngunit ang
mga taong hindi kayang magpakita ng pagmamahal at
pagkakaibigan sa iba ay binabalewala ang batas ng
espirituwal na paglawak, kung saan ang kaluluwa ay
nagpapalawak ng mga abot-tanaw nito at bumabalik sa
.yakap ng banal na espiritu

* * *

Kapag sinusuri ng isang tao ang kanyang sarili, dapat
siyang magkaroon ng matinding pagnanais na alisin ang
kanyang mga kahinaan at gawin ang kanyang sarili kung
ano ang dapat niyang maging, at huwag hayaang pahinain
ng panghihina ng loob ang kanyang determinasyon kapag
kinikilala ang mga kapintasan na binibigyang-liwanag ng
.tapat na pagsusuri sa sarili

* * *

Ang dalawang kondisyon para sa kaligayahan: simpleng
pamumuhay at mataas na pag-iisip
Noong bata pa ako, sumulat ako ng liham sa Diyos. Bata
pa ako noon at halos hindi marunong sumulat, ngunit
marami akong sinabi sa Kanya na mga bagay. Hindi ako
humiling ng kahit ano para sa aking sarili, ngunit hiniling ko
sa Kanya na turuan ako ng isang bagay tungkol sa kanyang
sarili, at araw-araw ay hinihintay ko ang kartero na magdala
.sa akin ng sagot sa aking liham

Hindi ako kailanman nag-alinlangan sa aking puso. At
isang araw, natanggap ko ang sagot sa isang pangitain,
nang makita ko ang mga titik ng isang mapalad na mensahe
na nagniningning sa ginintuang liwanag, hindi ko ito mabasa
nang mabuti, ngunit naunawaan ko ang mensahe tulad ng
sumusunod: "Ako ang Buhay at Ako ang Pag-ibig, at
inaalagaan kita sa pamamagitan ng iyong mga magulang!"
Pagkatapos ay naunawaan at naramdaman ko ang banal na
.presensya

* * *

Sisikapin kong kalimutan ang mga paghihirap ko noon,
haharapin ko ang kasalukuyan nang may lakas ng loob, at
hihintayin ko ang hinaharap nang may lubos na tiwala sa
.Diyos
Alam kong lahat ng mabubuting hangarin ko sa puso ko
ay matutupad sa tulong ng Diyos
Gagawin ko ang aking makakaya upang mapabuti ang
aking sarili upang magkaroon ng higit na pag-unawa sa

kahulugan ng buhay, at sisikapin ko ang aking makakaya
upang magtamo ng karunungan, gisingin ang pananaw ng
.kaluluwa, at makiisa sa sukdulang katotohanan

* * *

O Panginoon, ako'y magagalak sa liwanag at pag-ibig na
nagmumula sa Iyong masaganang biyaya, at iaalay ko sa Iyo
ang mga taludtod ng pasasalamat at pagkilala sa Iyong
.kabaitan

Magkakaroon ako ng katapatan sa isip, salita, at gawa,
at susubukan kong pasayahin ang iba dahil ang aking
kaligayahan ay nagmumula sa kanilang kaligayahan, at
tutunawin ko ang aking maliit na sarili tungo sa sarili ng
.buong unibersal na sarili

Ang pag-ibig ang pulso ng lahat ng nilikha
Ang pag-ibig ay isang tahimik na pag-uusap sa pagitan
ng dalawang puso

Ang pag-ibig ay tawag ng Diyos sa lahat ng nilikha
Upang makabalik ito sa kanyang makalangit na
.tahanan, ang tahanan ng kosmikong pagkakaisa

Ang pag-ibig ay isinilang sa mga hardin ng mga
namumulaklak na kaluluwa. Ito ang pinakamatanda at
pinakamatamis na nektar, na naingatan sa mga mangkok ng
.mga tapat at tunay na puso

Ang mga nakakakilala sa kanilang sarili ay nauunawaan
na ang lahat ng kapangyarihang kinakailangan upang
maisakatuparan ang mga gawain ay nagmumula sa Diyos.

Ang mga nakakamit ng espirituwal na katahimikan
(kapayapaan ng isip) ay nakararanas ng panibagong panloob
na kagalakan, anuman ang kanilang papel sa mundong ito.

Ang ganitong tao ay namumuhay at namumuhay ayon sa
.kalooban ng Diyos

* * *

Ang mga sakit sa pag-iisip ay nakakagambala at
nakakagambala sa isipan, ang pabago-bagong kalooban ay
nagpapalabo sa malinaw na paningin, at ang mga pagsabog

ng emosyon ay nagdudulot ng mga hindi pagkakaunawaan.

Karamihan sa mga tao ay kumikilos hindi nang may pag-unawa at pagsasaalang-alang, kundi ayon sa kanilang mga kalooban. Bukod pa rito, ang mga pagkiling at pagtatangi ay nagpapalabo sa lente ng pag-unawa, pumipilipit sa pag-unawa, at pumipigil sa malinaw at malinaw na persepsyon. Samakatuwid, ang pananaw ay dapat linisin mula sa lahat ng pinagmumulan ng kalituhan, pagkabalisa, at pagtatangi na humahadlang sa mahusay na paghatol at tumpak na .persepsyon

* * *

May Panginoon ng sansinukob na ito na nagkaloob sa sangkatauhan ng kalayaan, kakayahan, at talino.

Matatagpuan ng mga tao ang Diyos sa pamamagitan ng kaloob na pangangatwiran, ngunit kung sasayangin nila ang kanilang oras sa kalokohan nang hindi gumagawa ng kinakailangang pagsisikap upang mahanap ang kahulugan ng buhay at makilala ang kanilang Lumikha, sinasayang nila ang mahalagang enerhiyang ipinagkaloob sa kanila ng Diyos .at hindi kailanman makakatagpo ng tunay na kaligayahan

Kahit marami akong ginagawa, hindi ako nakakaramdam ng limitasyon sa ginagawa ko, dahil .napagtanto kong hindi ang mundong ito ang aking tahanan

* * *

Ang paghahanap sa Diyos ay hindi nagbibigay sa atin ng dahilan para mapabayaan ang ating mga materyal, intelektwal, at panlipunang tungkulin sa mga pakikibaka ng buhay. Sa kabilang banda, ang tunay na espirituwal na naghahanap ay natututo ng disiplina sa sarili at kontrol sa kanilang mga emosyon, gawi, at mga hangarin upang mapalaya ang templo ng buhay mula sa kadiliman ng kamangmangan upang kanilang madama ang banal na

presensya. Tulad ng mga hiyas sa isang madilim na bahay na hindi nakikita, gayundin ang espirituwal na kamalayan ay hindi mararanasan hangga't ang mga puwersa ng kamangmangan at sikolohikal na dissonance ay .nangingibabaw sa isang tao

* * *

Maaaring naisin ng dagat na ibuhos ang sarili nito sa isang tasa, ngunit ang tasa ay maaari lamang maglaman ng sarili nito. Gayundin, ang katotohanan ay para sa lahat, ngunit ang mga may limitadong kamalayan ay hindi sumasaliksik nang sapat na malalim upang maghanap at magsaliksik, ni hindi sila nag-aabalang sumisid sa ilalim ng tubig; samakatuwid, hindi nila mahahanap ang katotohanan. Dapat nating gawin ang ating makakaya upang magsagawa ng malalim na pananaliksik at matuklasan ang mga .kayamanan

* * *

Gusto niyang tanggihan ang anumang negatibong kaisipan na sumusubok na manghimasok sa kanyang kamalayan habang siya ay nakatuon sa isang seryosong bagay o mahalagang isyu. Karamihan sa mga tao ay nag-iisip tungkol sa ibang mga bagay kapag gumagawa sila ng mahahalagang bagay. Halimbawa, habang binibigkas ng hukom ang kanyang pangwakas na hatol sa isang maselang bagay ng buhay o kamatayan para sa ibang tao, kasabay nito ay iniisip niya ang hindi magandang pagtrato sa kanya mula sa kanyang asawa nang araw ding iyon, at siya ay nalungkot na ang kanyang hatol sa bahay ay hindi .naipatupad

Kung ang hukom na ito ay magkamali ng desisyon at sentensyahan ng kamatayan ang isang inosenteng tao dahil sa kakulangan ng konsentrasyon, siya naman ay maaakusahan at mahahatulan sa harap ng pinakadakilang

hukom, na siyang pangkalahatang batas na walang
.kinikilalang paboritismo o nepotismo

* * *

Ang simoy ng iyong inspirasyon ay nagpaalis ng lahat
ng ulap, at ang langit ng aking mga iniisip ay malinaw at
dalisay na ngayon, at sa pamamagitan ng mga dalisay na
mata ay nakikita kita sa lahat ng dako. Ang mga sinag ng
iyong pinagpalang araw ay tumatagos sa kaibuturan ng
aking pagkatao, at sa gutom ng mga henerasyon ay
.pinapakain ako ng iyong pinagpalang liwanag

* * *

Sa pabago-bago, mapanganib, at walang katiyakang
mundong ito, pakiramdam mo'y lubos kang nag-iisa. Tanging
ang Diyos lamang ang hindi ka pababayaan o bibiguin ang
.iyong mga pag-asa

Pagpalain mo ako, Panginoon, upang malinang ko ang
mga binhi ng espirituwal na lakas at tagumpay sa loob ko, at
upang magamit ko ang lakas na iyon sa mga paraang
.ikalulugod Mo

* * *

O Panginoon, sa pag-iisa ng aking mga iniisip,
hinahangad kong marinig ang Iyong tinig. Alisin mo sa akin
ang mga makamundong tinig na namumugad sa aking
alaala. Hinahangad kong marinig ang Iyong mapayapang
tinig na umaalingawngaw sa kaibuturan ng aking kaluluwa.
Hawakan mo ang aking pagkatao at hayaan mong madama
ko ang Iyong pinagpalang presensya sa loob ko at sa paligid
.ko

* * *

Madaling malaman kung ang isang tao ay napapasigla
.sa pag-iisip ng isang mapayapa o palaaway na kapaligiran

* * *

Ang mga panloob na takot, sikolohikal na pagkabalisa, o pagkabalisa na nagmumula sa pakikisalamuha sa maling uri ng mga kaibigan at kamag-anak ay pawang nagdudulot ng nalilitong isipan at magulong kalooban. Sa kabilang banda, ang mga may mahinahon at mapayapang ugali ay nakakatulong upang lumikha ng malusog at mapang-akit na .pag-iisip

* * *

Sinusubukan tayo ng Diyos upang palakasin ang ating determinasyon, hindi upang durugin tayo. Ang kamangmangan ay sumisira sa atin kung ilalagak natin ang lahat ng ating tiwala sa laman. Ang mga nagtitiyaga sa kanilang paghahanap ng katotohanan ay nakakatagpo ng buhay na walang hanggan. Ang mundong ito ay isang nagliliyab na hurno kung saan ang ating mga kaluluwa ay hinuhubog, lumilitaw bilang bakal ng karunungan at .espirituwal na lakas

Ang mga tao ay nagtataglay ng hindi pa nagagamit na potensyal—lahat ng kapangyarihang kailangan nila ay pinagkalooban sila ng Diyos ng kapangyarihan ng pangangatwiran upang palayain ang kanilang sarili mula sa mga makamundong hadlang na gumagapos sa kanila at nagpapanatili sa kanila na bihag ng mga gawi at pagnanasa. Ang mga nagpapasiyang hindi hayaang ang mga hamon ng buhay ay sumira sa kanilang kalooban at makahadlang sa kanilang pag-unlad ay bibigyan ng kakayahang malampasan .ang mga ito

* * *

Huwag mong ibunyag ang lahat ng iyong mga sikreto sa iba para lamang sa katapatan. Kung ilalahad mo ang iyong mga kahinaan sa mga pabaya, sasamantalain nila ang pagkakataong kutyain ka kapag gusto ka nilang saktan. Bakit mo sila bibigyan ng isang bagay na magagamit nila ?laban sa iyo at magdulot sa iyo ng sakit

* * *

O nakakapreskong inumin ng aking puso, paulit-ulit
kitang iniinom, ngunit ang bote ng aking kamalayan ay
patuloy na umaapaw. Hindi ko alam ang pangalan ng
pinagpalang inuming ito, ngunit alam kong ito ang nektar ng
banal na pag-ibig na nagbibigay sa akin ng panibagong
.espirituwal na kagalakan

Ang espirituwal na kagalakan ay patuloy na nagbabago
dahil hindi ito nagmumula sa mga panandaliang pagnanasa.
Ito ay lumilitaw sa nananabik na kaluluwa sa mga sandaling
iyon kung kailan ang mga pagkabalisa sa pag-iisip ay
nawawala at ang mga mapaminsalang gawi at
nakababahalang mga tendensiya ay naglalaho sa ilalim ng
dampi ng panloob na kapayapaan na nagmumula sa
.kaibuturan ng pananaw ng kaluluwa

* * *

Walang paghahambing sa pagitan ng mayayaman sa
lupa at ng mayayaman sa espiritu, dahil ang mayayaman sa
espiritu ang siyang pinakamayaman sa mga mayayaman sa
.paningin ng Diyos

Ngayon, ipinasiya kong huwag magpadala sa kawalan
ng pag-asa, pagkabigo, at panghihinayang sa mga nawalang
pag-asa at mga pangarap na hindi natupad. Sa halip na
hayaan ang aking sarili na manatiling nakakulong at
limitado, mamumuhay ako ayon sa mga udyok ng
karunungan, batid na sa paggawa nito, mahahanap ko ang
.kaligayahang aking hinahanap

* * *

Salamat, Panginoon, sa pag-alala Mo sa akin palagi,
kahit hindi kita naaalala, at sa pagpuno Mo sa akin ng
pasasalamat sa mga biyayang ipinagkaloob Mo sa akin.
Pagpalain Mo ako upang ako'y mabuhay nang may
.palagiang pag-alala sa Iyo

* * *

Kapag ang kamalayan ay nalinis mula sa pagtatangi at
napalaya mula sa mga ilusyon, magkakaroon tayo ng pag-

unawa na magbibigay inspirasyon sa atin hindi lamang sa mga partikular na oras kundi sa bawat araw ng ating buhay sa pamamagitan ng pagpapanibago ng sigla at kabataan ng ating mga katawan, pagpapalakas ng ating mga kaisipan, at pag-agos ng karunungan at kaligayahan sa ating mga .kaluluwa

* * *

Ugaliing magsabi ng totoo nang hindi sinasabi ang hindi kailangan, at iwasan ang pagsasabi ng anumang bagay na .maaaring makasakit sa iba o hindi nagsisilbi sa katotohanan

* * *

Karamihan sa mga negosyante ay hindi mahusay sa pagkita ng pera, ni hindi matagumpay sa pamamahala ng kanilang mga negosyo, ni hindi sila matatalinong asawa, dahil kapag sila ay nasa kanilang mga opisina, sila ay abala sa kanilang mga problemang pangtahanan kasama ang kanilang mga asawa, at kapag sila ay nasa bahay, ang kanilang mga isip ay nalalamon ng kanilang mga problema sa trabaho. Hindi dapat subukang magtuon ng pansin sa .higit sa isang bagay sa isang pagkakataon

* * *

Kung ang isang taong mali ay magdesisyong baguhin ang kanyang sarili at pagbutihin ang kanyang kalagayan para sa ikabubuti sa pamamagitan ng pakikisalamuha sa mabubuting tao, siya ay magbabago para sa ikabubuti, habang ang isang taong espirituwal ay nawawala ang kanyang espirituwalidad at bumabalik sa piling ng mga .taong may maling motibo at masasamang tendensiya

* * *

Tandaan na ang pagnanais na mapalapit sa Diyos ang pinakadakila at pinakamarangal na paggamit ng lakas ng loob, sapagkat ang Diyos lamang ang walang hanggan at walang hanggan, at sa Kanya nagmumula ang lahat ng kabutihan. Linangin ang iyong lakas ng loob at iwasan ang mga mapaminsalang pagnanasa; huwag gamitin ang iyong

lakas ng loob upang matupad ang mga ito, sapagkat ito ay isang walang kabuluhang pagsisikap at pag-aaksaya ng enerhiya. Tuparin ang iyong mga tungkulin sa buhay na ito sa abot ng iyong makakaya, habang kasabay nito ay tinitingnan ang buhay bilang isang panandaliang panaginip. Patalasin ang iyong determinasyon at ibase ang iyong .kalooban sa kaalaman ng Diyos

* * *

Kung ang isang tao ay mamumuhay nang may karunungan at kaunawaan, matutuklasan niya na ang kamatayan ay isang gantimpala at isang paglipat tungo sa isang mas mabuting kalagayan sa isang mas mabuting .mundo

* * *

Ibinigay ni Master Paramahansa ang sumusunod na :payo sa isa sa kanyang mga disipulo
Huwag maging isang panig lamang; sa halip, mamuhay nang may kaayusan at balanse, na inuuna ang iyong mga tungkulin. Ang tungkulin ay gawaing ginagawa nang kusang-loob at may tunay na pagnanais, hindi nang may sama ng loob o isang pakiramdam ng obligasyon. Bagama't ang espirituwal at moral na kamalayan ay dapat na pinakamahalaga, ang materyal na tungkulin ay hindi dapat pabayaang, dahil ito ay napakahalaga at dapat palakasin ng .mga obligasyong panlipunan, pambansa, at internasyonal

* * *

"At higit sa lahat, maging tapat sa iyong sarili"
Ang pariralang ito ang bumubuo sa listahan ng mga sikat na payo na ibinigay kay Polonius sa Hamlet ni Shakespeare, at nangangahulugan ito, bukod sa iba pang mga bagay, ang pagiging tapat sa sarili at hindi paggawa ng kung ano ang sa tingin ng isang tao ay mali. Sa katunayan, ang isang malinaw at buhay na konsensya ay nagbibigay sa may-ari nito ng kagalakan at lakas na higit pa sa halaga at .kahalagahan ng lahat ng kayamanan ng sansinukob

* * *

Ang kapangyarihan ng pinakamataas na konsentrasyon
ay nagpapakalma sa mga bagyo ng pagkabalisa,
binabawasan ang momentum ng mga alalahanin, pinipigilan
ang mga magulong pagnanasa, at umaakit ng banal na
.karunungan na hindi nagbabago o nagbabago

* * *

Ang tagumpay ay hindi nakasalalay sa kapalaran o
swerte, kundi sa pag-ayon sa sarili, sa pamamagitan ng
pagmumuni-muni, sa mga batas ng sansinukob

* * *

Walang dapat pahintulutan at walang sinuman na
.sumakop sa trono ng puso, na dapat ilaan lamang sa Diyos

* * *

Ang ugali ng isang tao ay nagpapalamig sa kanilang
damdamin at nagpapahina sa kanilang pang-unawa, na
nagiging dahilan upang imposible para sa kanila na
.makisama sa iba

* * *

Ang buhay sa tahanan ay dapat maging isang paraiso,
ngunit ang pagiging magagalitin ay maaaring gawing
impyerno. Maaaring pag-uwi ng isang asawang lalaki galing
sa trabaho ay madatnan ang kanyang asawang nalulumbay
at balisa, na nagiging dahilan upang imposibleng makipag-
usap sa kanya. O maaari rin siyang umuwi na masama ang
loob, na nagiging dahilan upang imposibleng makipag-usap
sa kanya ang kanyang asawa. Kaya, maraming problema
.ang dumarating sa iba dahil sa hindi malusog na ugali

Kapag ang isang miyembro ng pamilya ay nag-aalab sa
galit o walang pakialam, agad kang naaapektuhan ng
kanilang ugali. O maaari kang lumapit sa isang taong
masayahin, para lamang makita siyang sumpungin at
mahilig makipagtalo, at magbitaw sila ng masasakit na salita

na agad na nag-aalis ng iyong kagalakan, na siyang dahilan
.kung bakit gusto mong lumayo
Huwag mong pansinin ang personalidad ng ibang tao at
huwag mong hayaang maimpluwensyahan ka nila

* * *

Marami na akong naharap na pagsubok sa buhay, at
ang pinakamahirap dito ay ang mga taong mali ang
panghuhusga sa akin. Nakita ko na rin ang mga taong
minahal ko at ibinigay ko ang aking puso para hindi ako
maintindihan at talikuran ako. Ngunit hindi ito lumikha ng
kapaitan sa aking kaluluwa dahil ang kapaitan ay nababalot
.ng pang-unawa

Hindi ko hinahayaang masaktan ang sarili ko dahil sa
mga hindi pagkakaunawaan ng iba tungkol sa akin, sa halip
ay sinisikap kong tulungan sila kung tatanggapin nila ako at
ipinapadala sa kanila ang mabubuting intensyon at
.mabubuting hangarin

* * *

Ang mga mabubuting gawa ay parang paghigop ng
matamis at kaaya-ayang nektar ng kabutihan, samantalang
ang masasamang gawa ay may likas na kontrabida, tulad ng
pag-inom ng lason na pulot-pukyutan. Ang mga kilos at pag-
uugali na nakakapinsala sa kalusugan at humahantong sa
sikolohikal na pagkabalisa at kamangmangan ay dapat na
lubusang iwasan. Ang hindi makatarungang pagpapakasasa
sa lahat ng uri ng mapaminsalang sangkap ay ang daan
kung saan pumapasok ang mga sikolohikal na problema,
.karamdaman, at pisikal na sakit

* * *

O aking banal na minamahal
Ikaw ang bukal ng pagmamahal na dumadaloy mula sa
puso ng pagkakaibigan, at ang mga nakatagong sinag ng init
na nagbubukas ng mga usbong ng damdamin sa puso ng
.mga magkakaibigan

At mga tulang sentimental na pumupuri sa kadakilaan,
katapatan, at debosyon

* * *

Habang lalo kong ipinapaabot ang aking habag at
mabuting kalooban sa iba, lalo kong binubuksan ang mga
espirituwal na daluyan kung saan dumadaloy sa akin ang
pag-ibig ng Diyos. Ang banal na pag-ibig ang magnet na
.umaakit at nagdadala ng pinakadakilang kabutihan

* * *

Mahalaga para sa isang tao na magpasiya na mapanatili
ang kanilang panloob na kapayapaan at katahimikan, kahit
na sila ay nakatira kasama ang mga mapanggulo na kamag-
anak, nagtatrabaho para sa isang malupit na amo,
nakikitungo sa mga itinuturing nilang kaaway, o nahaharap
sa anumang pagsubok sa buhay. Kung magtitiyaga sila sa
determinasyong ito sa kanilang pang-araw-araw na buhay at
hindi panghihinaan ng loob pagkatapos ng ilang araw ng
mga ganitong karanasan, makakamit nila ang panloob na
.balanse at makakahanap ng sikolohikal na kaligayahan

* * *

Ang kasamaan at kasalanan ay hindi likas sa kalikasan
ng tao, kundi nagmumula sa labas at itinanim sa loob ng
sarili

* * *

Ang gintong nakabaon sa ilalim ng putik ay hindi
nawawala ang diwa nito; ito ay nagniningning sa likas nitong
kadalisayan kapag natanggal na ang putik. Gayundin, ang
kabutihan ay umiiral sa kaluluwa ng tao sa kabila ng mga
patong ng kamangmangan na bumabalot at nagtatakip dito.

Gaano man kadungis ang ginto ng kaluluwa dahil sa
makapal at tumigas na putik ng kamangmangan, kailangan
lamang nating hugasan ang putik na iyon gamit ang tubig ng
karunungan upang maipakita ang magandang ningning ng
.tunay na ginto ng kaluluwa

* * *

Kadalasan, ang mga tao ay nakatuon sa pagpuna sa isa't isa, at iyon ang dahilan kung bakit hindi nila napapansin .ang magagandang katangiang taglay ng kabilang panig

* * *

Ang kamangmangan ay pantay na umiiral sa Silangan at Kanluran. Kapag nagkikita ang mga ignorante mula sa Silangan at Kanluran, sila ay nag-aaway at hindi magkasundo, na nagpapakita ng kanilang pagpupuri sa pagmamataas at pagmamatuwid sa sarili nang hindi nakikinig o nirerespeto ang ibang mga pananaw, kahit na tama ang mga ito. Gayunpaman, kapag nagkikita ang mga matatalino mula sa Silangan at Kanluran, sinusuri nila ang mga bagay-bagay nang obhetibo at nagsusumikap tungo sa .mabungang kooperasyon na makikinabang sa lahat

* * *

Binigyan tayo ng Diyos ng kaluluwa, isip, at katawan, at dapat nating linangin ang mga kaloob na ito sa isang maayos at balanseng paraan. Hindi natin dapat hayaan ang ating mga sarili na maging alipin ng ating kapaligiran o .bilanggo ng nakagawian

* * *

Ang mga magulang na may espirituwal na pag-unlad ay makakatulong sa mundo sa pamamagitan ng pagpapalaki ng mga anak na may espirituwal na disposisyon at sa pamamagitan ng pag-aampon ng katamtamang pamumuhay .na kinakikitaan ng pagmumuni-muni at disiplina sa sarili

* * *

Ang isang kahilingan ay isang pagnanais na walang kakayahang matupad, habang ang intensyon ay mas malakas kaysa sa isang kahilingan. Sa kabilang banda, ang lakas ng loob ang siyang nagtutulak sa hangaring iyon, kasama ang aktibong enerhiya upang maisakatuparan ito. Nangangailangan ito ng nakatuon at patuloy na pagsisikap hanggang sa matupad ang hangarin. Iilan lamang ang mga taong tunay na nagnanais at nakakamit ng kanilang nais

makamit! Siyempre, hindi dapat gamitin ang lakas ng loob
upang gumawa ng mga kahiya-hiya at kasuklam-suklam na
gawain, dahil nilalabag nito ang tunay na layunin ng lakas ng
loob at nagdudulot ng masama at mapaminsalang mga
bunga. Ang lakas ng loob ng tao ay dapat gabayan ng
karunungan at pag-unawa, na humahantong sa kaliwanagan
.at pagiging malapit sa Diyos

* * *

Lahat ng maganda at mahalaga sa buhay na ito ay
kadalasang nakatago sa mga minahang nababalot ng
misteryo. Ang mga bihirang hiyas ay mahirap mahanap nang
madali, at ang mahahalagang espirituwal na kayamanan ay
dapat mahukay at makuha gamit ang mga kasangkapan ng
.pang-unawa at karunungan

* * *

Ang pagdadala ng kagalakan sa iba sa pamamagitan ng
mabubuting salita at taos-pusong payo ay mga tanda ng
tunay na kadakilaan. Sa kabaligtaran, ang pananakit sa iba
gamit ang mga sarkastiko, negatibong titig, at makasariling
mga mungkahi ay tanda ng malisya. Ang nakasasakit na
tingin at galit na hininga ay mas malalim na nasugatan
kaysa sa isang masakit na suntok o dagok. Ang pangungutya
at pangungutya ay nagpapakita ng diwa ng pagsuway at
galit sa mga nagkasala, habang ang mga palakaibigang
mungkahi ay nagbibigay-inspirasyon ng pagsisisi at
.pagkamangha

* * *

Minsan ipinakikita ng Diyos ang kanyang sarili sa
kanyang mga mangingibig bilang isang dakilang liwanag, o
bilang isang tinig na kosmiko, o bilang walang hanggang
kagalakan, o bilang pag-ibig na may sukdulang tamis, o
bilang pang-unawa, karunungan, at kaalaman. Ang kanyang
liwanag ay umaabot at kumakalat na parang mga pakpak na
kosmiko sa kawalang-hanggan, at kung minsan ay nakikita
ko ang mundong ito bilang isang panaginip sa puso ng

liwanag na iyon, at sa gayon ay napagtanto ko na ang
.mundo ay isang panaginip

* * *

Dapat nating gawin ang ating makakaya upang
dalisayin ang ating mga puso gamit ang karunungan at
linisin ang mga ito gamit ang pag-ibig ng Diyos, at upang
mapagtanto na tayong lahat ay magkakapatid, na sama-
samang naglalakad patungo sa ating makalangit na
.tahanan

* * *

Ang pinakamalaking kaligayahan mo ay nasa iyong
patuloy na kahandaang matuto at kumilos nang tama.
Habang lalo mong pinagbubuti ang iyong sarili, lalo kang
natutulungang mapabuti ang iba sa iyong paligid. Ang taong
nagpapabuti sa sarili ay laging masaya, at habang mas
.masaya ka, mas napapasaya mo ang iba sa iyong paligid

* * *

Magtulungan tayo upang pakainin ang mga nagugutom,
magbigay ng damit at gamot sa mga nangangailangan,
aliwin ang mga nagdadalamhati, punasan ang mga luha ng
mga naghihirap, magdala ng saya sa kanilang mga kaluluwa,
.at magbigay ng ngiti sa kanilang mga mukha

* * *

Kung hindi inilagay ng Diyos ang Kanyang pagmamahal
sa puso ng mga ina, hindi nila mamahalin ang kanilang mga
anak. Ang banal na pagmamahal ay dumadaloy sa puso ng
mga ina. Ang tahanan ay puno ng biyaya dahil sa presensya
ng pangkalahatang Ina sa anyo ng isang taong ina, at dapat
nating panatilihing buhay ang apoy ng pagmamahal ng ina
.sa ating mga puso

* * *

Ang buhay dito ay tila tigang at magulo hanggang sa
makarating tayo sa mga dalampasigan ng kaligtasan. Hindi
natin dapat iasa ang ating mga pag-asa sa mga
panandaliang makamundong layunin at mga marupok na

materyal na pagkakabit. Ang ganitong mga manipis na
koneksyon ay hindi namamalayang naglalayo sa atin mula
sa ating pangunahing layunin, tulad ng paglalayo nila sa atin
.mula sa ating tunay na sarili

* * *

Ang tinig ng Diyos ay nasa likod ng mga anyo ng buhay,
patuloy na tumatawag sa atin at nagsasalita sa atin mula sa
mga bulaklak, mga banal na aklat, at ating mga konsensya,
at sa pamamagitan ng lahat ng magagandang bagay na
nagpapahalaga sa buhay, ang Kanyang kaluwalhatian ay
nahahayag sa espirituwal na katahimikan na nararamdaman
ng kaluluwa at sa taimtim na pagtatangka ng isip na makiisa
.sa Kanya

* * *

Panginoon, gawin Mo akong isang agila ng espirituwal
na pag-unlad na pumapailanlang nang mataas sa ibabaw ng
maalikabok na mga eskinita ng makitid na pag-iisip at
.pagmamalabis ng opinyon at paniniwala
Tawagin mo ako sa mas mataas at mas mataas na mga
patong, lampas sa mga pagyanig ng lupa at mga ulap na
humaharap sa sikat ng araw
Hayaan mong sakyan ko ang mga pakpak ng balanse
patungo sa matayog na kalangitan ng matataas na pananaw
Higit sa lahat ng mga bagyo at unos, hahanapin ko ang
pugad ng langit
Panginoon, gawin Mo akong isang agila ng espirituwal
na pag-unlad, na laging naghahanap sa Iyo nang may
.pananabik at kasabikan

O Panginoon, panariwain mo kami ng matamis na simoy
ng Iyong presensya, puspusin mo kami ng pananabik sa
Iyong maluwalhating presensya, at hayaang pagyamanin
ang aming mga pagkatao ng Iyong banal na karunungan.
Hayaan mong madama namin ang Iyong banal na liwanag
na tumatagos sa bawat aspeto ng aming buhay, pinapalakas
ang aming determinasyon, inaalis ang aming kadiliman,

pinupuno kami ng kapayapaan at optimismo, at binibigyan
.kami ng lakas upang gumawa ng mabubuting gawa

* * *

Sinumang magbigay ng tulong sa kapwa nang may
pusong umaapaw sa kabaitan at pagkabukas-palad ay
matutuklasan na ang kanyang ibinibigay ay babalik sa
kanya, at ito ang batas ng pagkilos na naaangkop sa mga
.puso

* * *

Ang nararamdaman ng isang tao para sa iba ay
lumilikha ng patuloy na mga pag-ugong sa eter, na umaakit
ng katumbas na dami ng empatiya at kabaitan. Ang
nagpapatawad sa mga nagkasala sa kanya ay makakaakit
.ng kapatawaran at pagpaparaya para sa kanyang sarili

* * *

Kung paanong hindi makapagsalita ang isang tao kahit
na sirang telepono, hindi rin niya epektibong maibobroadcast
ang mga panalangin sa isang isipan na napipinsala ng mga
hampas ng pagkabalisa, pag-aalala, kawalang-kasiyahan, at
pagkahumaling sa panandaliang kaluwalhatian ng mundo.

Sa halip, ang isipan na iyon ay maaaring maayos sa
pamamagitan ng malalim na katahimikan at kapayapaan, sa
gayon ay mapapahusay ang kakayahan nitong magpadala
ng mga espirituwal na tawag at tumanggap ng mga
.pagpapala at napakagandang pananaw

* * *

Sa pabago-bago, mapanganib, at walang katiyakang
mundong ito, pakiramdam mo'y lubos kang nag-iisa. Tanging
ang Diyos lamang ang hindi ka pababayaan o bibiguin ang
.iyong mga pag-asa

* * *

O Panginoon, gawin Mo akong malinaw at kadalisayan
upang maipakita ko sa akin ang Iyong nakapagpapagaling
na liwanag

Patahimikin mo ang salamin ng aking isipan, na
nanginginig sa pagkabalisa, upang maipakita nito ang iyong
.walang hanggang mukha

Buksan mo ang mga bintana ng pananampalataya sa
aking kaluluwa upang aking malanghap ang halimuyak ng
iyong kapayapaan

O Ikaw na nagniningning sa Iyong Sarili! O Ikaw na
nagtataglay ng kamahalan na hindi mailarawan! Tingnan Mo
ang aking mga matang nananabik, upang wala akong makita
!sa mundo kundi Ikaw

* * *

Ang iba't ibang tunog ay may iba't ibang epekto sa
sistema ng nerbiyos. Ang mga tunog na dissonant ay may
nakakainis na epekto sa mga nerbiyos, habang ang mga
tunog na harmoniko ay nagpapagana sa mga nakakarelaks
at na-atrophik na tisyu ng sistema ng nerbiyos sa
.pamamagitan ng paggising sa mahalagang puwersa nito
Samakatuwid, ang isang mabait at banayad na salita,
isang nakasisiglang awit, at isang tinig ng karunungan na
bumubulong sa santuwaryo ng kaluluwa ay pawang may
.malalim at hindi maisip na epekto sa kaluluwa ng tao
Ang buhay ay parang isang maikling paglalakbay
[papunta sa kagubatan]. Pagkahanda pa lang ng tanghalian
at pagkahain sa mesa ay biglang may pumasok na halimaw,
na pumipilit sa lahat na umalis. Karamihan sa mga tao ay
nabubuhay nang ganito. Nagsusumikap sila para makaipon
ng pera at makamit ang kaligayahan at seguridad, para
lamang tamaan ng halimaw ng sakit at iba pang mga
kalamidad, huminto ang kanilang mga puso, at napipilitan
silang umalis. Hindi kailangang mamuhay nang ganito ang
mga tao, na hinahayaan ang walang katapusang mga
gawain na nakawin ang kanilang oras at alipinin sila.

Maraming taon na ang lumipas sa ganitong paraan. Ang mga taong nagpapasiyang huwag hayaang pigilan sila ng mga paghihirap ay bibigyan ng lakas upang malampasan ang .mga ito

* * *

Bilang pangkalahatang tuntunin, ang salitang "pagkain" ay ginagamit lamang kaugnay ng pisikal na nutrisyon, ngunit may iba pang mga uri ng nutrisyon, tulad ng intelektwal na aktibidad, pokus sa pag-iisip, at karununganang espirituwal. Ang unang uri (pagkain) ay nagpapalusog sa katawan, ang pangalawang uri (pokus sa pag-iisip) ay nagpapalusog sa isip, at ang pangatlong uri (karunungan sa pag-iisip) ay .nagpapalusog sa kaluluwa

* * *

Nasubukan mo na bang abutin ang mahirap abutin na "ibang bagay," ang patuloy na nagbabago at naglalahong malikmata sa disyerto, na nararamdaman mo pa rin kahit na natupad na ang lahat ng iyong mga pagnanasa? Hinahangad ng mga tao ang isang bagay hanggang sa makuha nila ito, ngunit kapag nasa loob na nila ito ng kanilang mga kamay, hindi maiiwasang mapapagod sila rito at manabik ng iba pa. Kahit na ibigay ng buhay sa isang tao ang lahat ng ninanaing ng kanilang puso—kayamanan, kapangyarihan, mga kaibigan—sa kalaunan ay makakaramdam sila ng hindi kasiyahan at magsisimulang maghanap ng higit pa. Ngunit may isang bagay na hindi kailanman napapagod ang isang tao, at kapag nahanap na nila ito, wala na silang ibang hinahangad at hindi na nila ito kailanman ipagpapalit sa anumang bagay: ang dalisay na kagalakan ng kaluluwa, na .naninirahan sa pinakamalalim na kaibuturan ng sarili

* * *

Ang mundo ay nayanig at nasiraan ng loob sa buong kasaysayan. Sa digmaan, ang mundo ay nagiging lugar ng pagdurusa at sakit para sa milyun-milyong tao. Ang tunay at pangmatagalang kaligayahan ay nakasalalay sa pagdanas

ng banal na presensya, at walang mas hihigit pang
kaligayahan o pakinabang kaysa sa pagkamit ng
.kaligayahang iyon

* * *

Bakit may mga taong gumagawa ng mga bagay na hindi
?gaanong nakakatuwa at nagdudulot ng maraming problema
Ang sagot ay "ugali," na siyang nagpapasiyang salik sa
kapalaran ng tao. Maraming tao ang nagpapatuloy sa mga
mapaminsalang gawain kahit alam nila ang sakit at
pinsalang dulot nito, dahil sa mahigpit na kapit ng ugali.
Kumakain ang kamelyo ng matinik na palumpong kahit na
kumukuha ito ng dugo mula sa bibig nito. Nagpapakasaya
ang naghahanap ng kasiyahan sa kabila ng pinsalang dulot
nito sa kanyang kalusugan. Umiinom ng alak hanggang
mamatay, walang alam sa espirituwal na kagalakan sa loob,
na hindi maihahambing sa anumang iba pang kasiyahan.
Sinisira ng taong sakim ang kanyang kaligayahan sa
pamamagitan ng walang humpay na paghabol sa mga
materyal na ari-arian, walang kamalayan na kung
magmumuni-muni siya nang ilang sandali, makakamit niya
.ang kaligayahang hindi mabibili ng ginto

* * *

Sa iyong banal na liwanag, mananatili akong gising
magpakailanman, nasisiyahan sa iyong pinagpalang mukha
.magpakailanman

Hinanap ko ang pag-ibig sa pamamagitan ng
panandaliang emosyon, at pagkatapos gumala sa mga
disyerto ng limitadong pag-ibig ng tao, sa wakas ay
.natagpuan ko ang oasis ng banal na pag-ibig
Mga Espirituwal na Pagninilay
Para sa matalinong guro na si Paramhansa Yogananda

Ang Diyos ang imbakan ng banal na karunungan, na ang
lawak ay walang hanggan at ang nilalaman ay hindi

maubos, at ang mga kaluluwa ng tao ang mga daluyan
.kung saan dumadaloy ang karunungan iyon
May malalapad at bukas na mga daluyan at may
makikitid at kalawangin na mga daluyan. Habang lumalaki
ang daluyan, mas malaki at mas sagana ang daloy ng banal
.na biyaya

* * *

Ang sakit ay may mga kapaki-pakinabang na aral para
sa matatalino at handang matuto, ngunit ang sakit ay
nagiging isang malupit na mapang-api para sa mga
.nagrereklamo at nayayamot

Ang sakit ay maaaring magturo sa atin ng halos lahat.
Ang mga aral nito ay naghihikayat sa atin na magkaroon ng
pag-unawa, pagpipigil sa sarili, paglayo sa iba, moralidad, at
.mas mataas na kamalayan

Halimbawa, ang pananakit ng tiyan ay nagsasabi sa atin
.na huwag kumain nang sobra at mag-ingat sa ating kinakain
Ang sakit na dulot ng pagkawala ng mga ari-arian o mga
mahal sa buhay ay nagpapaalala sa atin ng pansamantalang
.kalikasan ng lahat ng bagay sa mundong ito ng mga ilusyon

Ang mga bunga ng mga maling kilos ay nag-uudyok sa
atin na makilala ang tama at mali

Ngunit bakit hindi natututo ang mga tao mula sa
karunungan? Kung gayon ay hindi nila ipapasailalim ang
kanilang sarili sa masakit at hindi kinakailangang disiplina
!mula sa malupit na pinuno ng sakit

* * *

O aking banal na minamahal
Nandito ka sa bawat sulok ng sansinukob
Nagtatago siya sa puso ng mga bulaklak at rosas
Nakatingin siya sa akin mula sa bintana ng buwan
Mula sa likod ng kurtina ng kalikasan
At ang mga ilusyon ay nakatago sa akin
Huwag mo akong balewalain kahit isang kisapmata

* * *

Iniisip ng mga tao na ang asetisismo ay tungkol sa
pagkait sa sarili, ngunit hindi iyon lubos na totoo. Isinuko ko
ang maliliit na pagnanasa para sa pinakamalaking
.kayamanan sa buhay

* * *

Sa kanyang patuloy na paghahanap ng kaligayahan – sa
pamamagitan ng kasuklam-suklam o matuwid na paraan –
ang tao ay sa katunayan ay naghahanap ng espirituwal na
.kagalakan

May dalawang uri ng kagalakan: huwad na kagalakan at
tunay na kagalakan

Ang huwad na kagalakan ay sinusundan ng kalungkutan
at sakit, habang ang katapusan ng tunay na kagalakan ay
laging masaya, kahit na ang simula nito ay malungkot o
.nakapanghihina ng loob

Ang Diyos ang walang hanggang kagalakan, at kapag
natagpuan Siya ng naghahanap, matatagpuan niya ang isa
pang bagay na matagal na niyang hinahanap at hinahanap
nang walang tigil, kahit na matapos makamit ang mga
hanganin na inakala niyang magdudulot sa kanya ng
.kaligayahan

Sa patuloy na nababagong kagalakang ito, matatagpuan
ng naghahanap ang lahat ng kaligayahang kanyang hinanap
.sa lahat ng iba pang mga bagay

* * *

Ang bukas ay natutukoy ng ngayon, kaya susuriin ko
ang aking buhay at uunawain kung ano ito, at pagkatapos ay
gagawa ng mga paraan upang gawin itong kung ano ang
.nararapat

Ngayon ay aking lilinangin ang diwa ng pagkukusa,
sapagkat ang taong nagkukusa ay parang isang tumatagos
.na bulalakaw, na lumilikha ng isang bagay mula sa wala
Ginagawa nitong posible ang imposible sa pamamagitan
ng kapangyarihan ng dakilang malikhaing espiritu

* * *

Ang kapangyarihan ng Diyos ay nasa bawat atomo ng
aking pagkatao, sa bawat buhay na selula, bawat nerbiyos,
at sa utak at mga tisyu
Ayos lang ako dahil ang pinagpalang kapangyarihang
iyon ay tumatagos sa bawat bahagi ng aking katawan

* * *

Sinumang kayang mapanatili ang kanyang kapayapaan
at gampanan ang kanyang mga tungkulin nang mahinahon
ay nakaugnay na sa unibersal na espiritu na ang
.kapayapaan ay pumupuno sa buhay
Gaano man kahirap ang mga pangyayari sa buhay, at
gaano man kahirap ang mga karanasan, ang sikolohikal na
kalagayan ay dapat magpakita ng katahimikan at ang isip ay
.dapat mapanatili ang balanse nito

Hindi dapat yanigin ng matinding pagkabigo ang
pundasyon ng kaluluwa, ni hindi dapat gawin itong lubos na
.kaligayahan ng maningning na tagumpay

Sinumang magpakita ng kahinahunan at pagtitimpi –
tunay, hindi pagkukunwari – ay nakarating na sa
dalampasigan ng tunay na katahimikan at kapayapaan na
hindi maaaring magambala ng mga panlabas na
.impluwensya

Sinumang nagnanais magbago para sa ikabubuti ay
dapat magkaroon ng matatag, tahimik, at mahinahong
.kalooban at hindi sumusuko sa mabubuting desisyon
Kahanga-hangang isipin ang Diyos habang gumagawa
.at gawin itong bahagi ng pang-araw-araw na buhay

* * *

Ang ilan sa mga sabik matuto ay naglalakad sa landas
nang maikling distansya, pagkatapos ay nawawalan ng
kanilang sigasig, nagbabago ng direksyon, at nakakalimutan
ang kanilang mga desisyon

Ang iba ay ginagawa ang kanilang makakaya upang
ipagpatuloy ang paglalakbay, kahit na paminsan-minsan ay
sumusuko sa mga lumang gawi, ngunit patuloy pa rin silang

lumalakad at nagsisikap, kaya ang kanilang mga hilig ay nagiging mas pino, at sila ay nagiging malakas, malusog, at .masigla habang lumilipas ang mga araw

* * *

Ang positibong pag-iisip ay humahantong sa pagkakita sa hindi nakikitang banal na kapangyarihan na maaaring magpalawak ng maliliit na labasan ng intelektwal at limitadong pandama, at masaksihan ang mga kislap ng pinakadakilang kabutihan, at magbubukas ng isang malaking bintana na walang limitasyong lawak kung saan makikita ang banal na presensya sa lahat ng kariktan at .banal na kasaganaan nito sa lahat ng dako
Katahimikan ang kailangan ng buong mundo, lalo na sa mga lumalakad sa landas ng pagmumuni-muni at nagnanais .na maabot ang matataas na espirituwal na abot-tanaw
Ang mga espirituwal na pagsisikap na ginagawa nang tahimik at mapayapa ay kadalasang epektibo at mabunga, dahil kapag tumigil ang mga pisikal na paggalaw, ang mga kaisipan ay nagiging aktibo at ang mga natutulog na .espirituwal na enerhiya ay gigising

* * *

Hindi tayo dapat mawalan ng pag-asa o mabigo sa ating mga pagkakamali, sa halip ay dapat nating laging tingnan ang magandang bahagi ng ating mga karanasan at matuto mula sa mga ito. At anuman ang mangyari, dapat tayong .humingi ng tulong at gabay sa Diyos

* * *

Isang bagong disipulo ang nag-isip na mauunawaan niya ang mga espirituwal na turo sa pamamagitan lamang ng teoretikal na pag-aaral, at bukod pa rito, sabik din siyang magturo sa iba, kaya sinabi sa kanya ng gurong si :Paramhansa

Ang espirituwal na kamalayan ay hindi isang panlabas" na paghugpong (tulad ng isang halaman) kundi paglago at "pag-unlad mula sa loob

Ang sumusunod na mensahe ay ipinaabot ni Master
Paramhansa Yogananda sa kanyang mga estudyante noong
Enero 1944 habang sinusulat niya ang kanyang aklat na
Autobiography of a Yogi , na naisalin na sa 35 wika at
patuloy na inililimbag at popular simula nang ilabas ito mga
.70 taon na ang nakalilipas
:Mga mahal kong kaibigan

Ang kalayaan sa pagpili ay higit na binubuo ng lahat ng
uri ng mga hangarin, mithiin, intensyon, at kagustuhan.
Gayunpaman, kailangang gumawa ng pagkakaiba sa pagitan
ng aktwal na kalayaan sa pagpili at ng mga mas maliliit na
.manipestasyon nito

Ang ating mga pagsisikap, ating lakas, at lahat ng ating
pisikal, moral, at espirituwal na mga kilos ay nagsisimula at
patuloy na gumagana sa pamamagitan ng lakas ng loob
Ang lakas ng loob ay binubuo ng patuloy na mga siklo
ng matibay na determinasyon at mga aktibidad na
nakasentro sa isang pagnanais, hanggang sa umabot ito sa
sapat na antas ng lakas upang makamit ang ninanais na
.resulta

Natuto ako ng isang malaking aral mula sa librong
sinusulat ko, dahil dati ay nagsusulat ako nang hindi
nirerepaso ang aking isinulat, ngunit kinailangan kong
repasuhin ang bawat talata ng aking autobiography at
nasiyahan akong balikan ang mga magagandang pagsubok
.na iyon habang binabasa muli ang libro

Marami na akong pinagdaanang pakikipagsapalaran sa
buhay na ito. Nagbigay ako ng lektura, nagtayo ng mga
gusali, at nagpinta, at ang sikreto sa aking tagumpay ay
.palaging ang lakas ng loob

Lahat ng sinubukan kong gawin nang may buong
pagpupursige ay nakamit ko, at tinitiyak ko sa iyo na kung
determinado kang gumawa ng isang bagay, makakamit ito
.sa tulong ng Diyos

Dapat nating ibahagi ang banal na kagalakan sa iba.
Walang mas kahanga-hanga pa kaysa sa pagsasalita mula
sa puso tungkol sa Diyos
Kung makukumbinsi mo ang isang tao na ang landas ng
kasalanan ay patungo sa lambak ng kamatayan at ang
landas ng pagmumuni-muni at pagsunod sa mga banal na
batas ay patungo sa buhay na walang hanggan, mas
mapayayaman mo ang kanilang buhay kaysa sa kung
binigyan mo sila ng isang milyong dolyar
Ang pera ay lumilipas, ngunit ang kaalaman tungkol sa
Diyos ay nananatili sa atin at sinasamahan tayo sa kabilang
buhay. Kaya naman, labis akong nagagalak tuwing
nakakakita ako ng isang taong nagsisikap at ginagawa ang
lahat ng kanilang makakaya upang makilala ang Diyos
Bagama't maraming bagay akong pinaplano at
ginagawa sa mundo, ginagawa ko ito upang mapalugdan
ang Diyos. Kahit sa gitna ng trabaho at pagmamadali ng
mga hinihingi, bumubulong ako, "Nasaan ka, Panginoon?" at
ang buong mundo ay nagbabago at nakakakita ako ng isang
dakilang liwanag
Isa akong maliit na bula sa nagliliwanag na karagatang
!iyon, at kay laking kagalakan

* * *

Hindi natin dapat ikulong ang ating mga iniisip sa
malungkot at kakila-kilabot na mga bagay sa buhay na ito.
Hinihiling sa atin ng karunungan na ituon ang ating mga
iniisip at damdamin sa walang hanggang banal na
kapangyarihan na hindi nagbabago
Huwag mong ituring ang iyong sarili na mahina at
mahina, dahil ang iyong utak ay nag-iimbak ng napakalaking
enerhiya na sapat upang paganahin ang isang malaking
lungsod sa loob ng dalawang buong araw, at sinasabi mo pa
!?ring pagod ka na

Kapag nagsusumikap kang magtagumpay, samantalahin
ang bawat pagkakataong magagamit nang hindi inaalis sa
iba

Minsan, naglalakad ako sa isang kalye sa Boston at ang
gilid ng kalyeng itinalaga para sa mga naglalakad na aking
dinadaan ay siksikan sa mga naglalakad at halos lahat sila
ay nasa harap ko, kaya mahirap lampasan ang sinuman.

Gayunpaman, napagpasyahan kong mauna ako sa
.karamihan nang hindi tinutulak ang sinuman
Nagsimula akong maghanap ng mga pagkakataon at
maghanap kung saan-saan para sa mga puwang sa mga
naglalakad, na ginamit ko hanggang sa makamit ko ang
gusto ko at maging una sa karamihan nang hindi
.nagsisiksikan

Pagkatapos ay sinabi ko, "Ayos lang, maaari na silang
"mauna sa akin pagkatapos kong makamit ang aking balak
* * *

Ang Diyos ang pinagmumulan ng kalusugan,
kasaganaan, karunungan, at walang hanggang kagalakan
Kapag nakikipag-ugnayan tayo sa Kanya, nagiging
kumpleto ang ating buhay, at kung wala Siya, mananatiling
.hindi kumpleto ang buhay

Ituon natin ang ating pansin sa makapangyarihang
banal na puwersa na nagbibigay sa atin ng buhay,
kakayahan, at karunungan
Ipanalangin natin na ang dakilang katotohanang ito ay
dumaloy sa ating mga buhay
At upang ang walang hanggang kapangyarihang ito ay
dumaloy sa ating mga katawan
At upang ang walang patid na kagalakan ay dumating
sa ating mga puso
* * *

Sa likod ng kadiliman ng mga nakapikit na mata ay
naroon ang mga kamangha-manghang puwersa ng

sansinukob, lahat ng mabubuting kaluluwa, at ang walang
.hanggang pag-iral na walang hangganan o katapusan
Sa pamamagitan ng pagmumuni-muni, nalalaman natin
ang ganap na katotohanan at nasasaksihan ang mga
nakatagong gawa nito sa ating buhay at sa lahat ng
.kababalaghan ng paglikha
Kung matuklasan ng disipulo na hindi siya umuunlad
ayon sa gusto niya, dapat niyang panindigan ang sarili,
suriin ang kanyang mga iniisip, at tukuyin ang mga balakid
.na humahadlang sa kanyang daan
Kadalasan, ang dahilan ay ang kakulangan ng tunay na
pagsisikap at isang naguguluhang pag-iisip. Kadalasan, ang
mga balakid ay nagmumula sa mga nakatanim na gawi na
dapat bunutin mula sa hardin ng buhay upang ang mga ugat
.ng kaligayahan ay lumago at umunlad sa lupa ng kaluluwa
Huwag magmadali sa paggawa ng malalaking bagay
dahil lang gusto mong malinang ang iyong determinasyon
Para magtagumpay, kailangan mo munang subukan ang
iyong determinasyon gamit ang ilang maliliit na bagay na
akala mo ay hindi mo magagawa. Kung magsisikap ka,
.mapapasaiyo ang tagumpay
Naaalala ko pa rin ang lahat ng mga layunin na sinabi sa
akin ng aking mga kaibigan at ng iba pa na hindi ko
kailanman makakamit, ngunit nakamit ko naman ang mga
.ito

Ang mga taong ito na may "mabuting intensyon" ay
maaaring magdulot ng malaking pinsala sa pamamagitan ng
kanilang mga opinyon; nawa'y protektahan tayo ng Diyos
.mula sa kanila at sa kanilang mga payo

Ang pakikisama ang may pinakamalaking epekto sa
lakas ng loob. Ang pagpunta sa maiingay na mga salu-salo
sa halip na magnilay-nilay sa santuwaryo ng katahimikan ay
nagpaparumi sa isipan ng alikabok ng makamundong mga
.vibrasyon na napakasiksik kaya mahirap alisin ang mga ito

Ang kalooban ng isang tao ay hindi maiiwasang
lumalakas o humihina dahil sa impluwensya ng kanilang
mga kasama
Ang pagpapaunlad ng lakas ng loob sa pamamagitan
lamang ng sariling pagsisikap ay lubhang mahirap.
Kailangan mo ng isang mabuting halimbawa na tularan.
Kung gusto mong maging isang pintor, mamuhay na
napapaligiran ng magagandang pinta, at makihalubilo sa
mga pintor. Kung gusto mong maging isang taong
espirituwal, makipagkaibigan sa mga taong espirituwal na
.may marangal na pagkatao

* * *

Ang nakahihigit na tao na nakakaalam kung paano
palawakin ang kanyang kamalayan at baguhin ito tungo sa
walang hanggang absolutong kayang makita ang paglikha
bilang isang kosmikong panaginip, tulad ng masasabi niya
nang may tiyak na kaalaman na ang materya ay hindi
.umiiral

Sa pamamagitan ng mahahabang yugto ng disiplina sa
sarili at sa pamamagitan ng pagsunod sa landas ng
meditasyon o iba pang mga pamamaraan ng espirituwal na
pagsasakatuparan tulad ng pagmamahal, paglilingkod,
altruismo, at paglayo sa pagkamakasarili, ang taimtim na
naghahanap sa Diyos ay nagwawaksi ng mga dualidad at
.natatanto ang walang hanggang pagkakaisa ng pag-iral

* * *

Ang pag-ibig ay hindi lamang isang emosyon; ito ay
isang tunay na diwa. At kapag ito ay sinasadyang ginabayan,
natatagpuan nito ang daan—nang walang pagkakamali—
.tungo sa layunin nito

Ang pag-ibig ay isa ring dakilang kapangyarihan.
Maaaring subukan ng naghahanap ang maraming paraan
upang mahanap ang Diyos, ngunit hindi niya Siya
matatagpuan maliban kung ipahayag niya ang kanyang
.pinakamalaking pananabik at pinakamalalim na pagnanais

* * *

Ang isang tao ay nagiging kung ano ang kinukumbinsi
ng kanyang isipan. Kung malakas ang iyong kalooban,
.magtatagumpay ka sa laban ng buhay
Habang mas itinutuon ng isip ang atensyon nito sa mga
bagay na panandalian, lalong humihina ang mga
kapangyarihan nito, at habang lalo nitong pinagtitiibay ang
espirituwal na katangian ng kaluluwa, lalo itong nagiging
.espirituwal at ang mga kapangyarihan nito ay nababago

* * *

Ang mundo ay magpapatuloy sa pagtaas at pagbaba at
pagbabago-bago, kaya saan tayo babaling para sa gabay at
direksyon? Hindi sa ating may kinikilingan at may
kinikilingang mga konsepto, kundi sa tinig ng katotohanan at
.gabay sa loob natin

* * *

Ang materya at isip, ang sansinukob kasama ang mga
bituin at planeta nito, ang siksik na mga alon sa ibabaw, ang
banayad at malinaw na mga agos sa ilalim ng materyal na
paglikha, ang kapangyarihan ng tao sa pakiramdam,
kalooban at kamalayan, buhay at kamatayan, araw at gabi,
kalusugan at sakit, tagumpay at pagkabigo, ay mga
katotohanan ayon sa batas ng relatibidad na namamahala sa
.kosmikong pangarap na ito

Ang lahat ng mga dualidad na nakikita ng batas ng
relatibidad ay totoo para sa taong mapangarapin na
gumaganap ng kanyang maliit na papel sa dakilang
.kosmikong panaginip

Upang makatakas ang tao sa pagkakahawak ng mga
ilusyon – ang batas ng relatibidad – dapat siyang magising
.mula sa panaginip tungo sa walang hanggang pagkagising
Hindi natin mababago ang panaginip sa pamamagitan
ng imahinasyon o sa pamamagitan ng pagtanggì sa
pagkakaroon nito, o sa pamamagitan ng pagtanggap sa
"buhay" ngunit pagtanggì sa "kamatayan," o sa

pamamagitan ng pagkilala sa kalusugan ngunit hindi
.pinapansin ang sakit

Ang bawat kaso ay mahalagang bahagi ng kabaligtaran
.nito, tulad ng dalawang gilid ng isang tela
Ang mga dualidad ay dalawang panig ng iisang barya,
at ang naghahanap ng katotohanan ay hindi sinusubukang
paghiwalayin ang mga ito sa kanyang isipan, ngunit sa halip
ay lumalaban sa mga ito nang may karunungan at tiyak na
.kaalaman

* * *

Ang pag-ibig ng Diyos ay nagpapaangat sa atin at
nagpapalawak ng ating pang-unawa. Hindi ko maiisip ang
aking sarili na nakakulong lamang sa katawang ito, sapagkat
.nararamdaman ko na ako ay naroroon sa lahat ng katawan
Kung paanong nararamdaman ko ang sarili kong
kamalayan sa bawat bahagi ng aking katawan,
nararamdaman ko rin na kayo ay bahagi ko, at
nararamdaman ko na ang lahat ng nabubuhay na nilalang ay
nasa loob ng aking kosmikong katawan, at nararanasan ko
.ang mga sensasyon ng bawat isa

Hindi ito isang persepsyon o imahinasyon, kundi
kaalaman sa sarili. Ang kamalayang ito ay higit pa sa isang
palitan ng pagbasa ng isip; ito ay isang malay na kamalayan
sa damdamin ng bawat isa, at ang estadong iyon ay
.tinatawag na kosmikong kamalayan

Kapag sumikat ang kamalayang iyan sa loob mo, ang
kamalayan sa "sarili" ay naglalaho, at nadarama mo na ang
.lahat ng nilalang ay napapalibutan ng isang banal na buhay

* * *

Kakaiba ang mundong ito, dahil ang lahat ng bagay dito
ay napapailalim sa pagbabago at pagbabago, at dahil dito,
hindi dapat iangkla ng isang tao ang bangka ng kanyang
.kaligayahan sa mga baybayin ng mundong ito
Nagdurusa ka man sa buhay na ito o nagtatamasa ng
kasaganaan at kapangyarihan, ang iyong kamalayan ay

dapat manatiling hindi nagbabago. Kung makakamit mo ang
.balanse ng isip, walang makakasama sa iyo
Ang buhay ng lahat ng dakilang tao ay nagpapakita na
nakamit nila ang pinagpalang kalagayang iyon. Ang mga
umaasa sa pagkamit ng makamundong kaligayahan ay
makakatagpo ng maraming problemang naghihintay sa
kanila, dahil ang mga bangungot ay kadalasang may
.kasamang magagandang panaginip
Kung ituturing mo ang panaginip na isang panaginip
lamang, wala na, maging ito man ay kaaya-aya o
nakakatakot, makakaramdam ka ng kapayapaan, at kapag
napagtanto mo na ang buhay na ito ay isa ring panaginip,
.palalayain ka mula sa mga bangungot nito

* * *

Dapat magalak ang isang tao dahil kaya niyang
malampasan ang mga walang kabuluhan at negatibiti ng
buhay, at dahil kaya niyang – sa pamamagitan ng positibong
mga kaisipan – lumikha ng mga tamang kondisyon na
.umaakit sa mga elemento ng tagumpay
Ang isang matindi at pabago-bagong kalooban ay
parang kanser na sumisira sa kapayapaan ng kaluluwa, at
ang mga dumaranas ng malungkot na kalooban ay hindi
.kayang alisin ang kanilang mga problema
Ngunit ang masasamang gawi at problema ay maaaring
malampasan sa pamamagitan ng mahinahon at
makatuwirang pag-iisip. Kapag ang isang taong may
mapaminsalang gawi ay nagpahayag nito, inaamin nila ang
.kanilang pagkabigo

* * *

O Panginoon, inihambing ko ang mga makamundong
tukso sa Iyong banal na pag-ibig at natagpuan kong mas
malakas ang Iyong pag-ibig kaysa sa anumang tukso o pang-
.aakit

* * *

Kung paanong ang langis ay nagpapaningas sa apoy,
ang galit ay nagpapakain din sa galit at nagpapatindi nito, at
ang bastos na pagtrato ay naghihiikayat sa iba na
ipagpatuloy ang kanilang magaspang na pag-uugali at
.ginagawa silang mas matigas ang ulo at matigas ang ulo
Ang isang mahinahon at maamong tao ay
nakakapagtagumpay sa galit sa pamamagitan ng
katahimikan, pinapakalma ang bagyo ng alitan sa
pamamagitan ng pananahimik, at pinapawi ang alitan at
tunggalian sa pamamagitan ng matatamis at magiliw na
.mga salita at pagsasaalang-alang sa damdamin ng iba

* * *

:Sinabi ni Guro Paramahansa tungkol sa katotohanan
Umiiral ito kahit walang naniniwala rito, samantalang"
ang mga teorya ay kailangang suportahan ng mga ideya at
"salita

* * *

Ang pag-ibig ang dapat na maging panginoon ng mundo

* * *

Sa iyo ako'y lumalapit dala ang mga awit ng aking
kagalakan
At dinala ko sa inyo ang mga kayamanan mula sa
kayamanan ng aking kaluluwa
At sa kaibuturan ng aking puso, tinitipon ko para sa iyo
ang nektar ng banal na pananabik
Nauuhaw na ako sa disyerto ng mga huwad na pag-asa
Ngunit ngayon ang aking mga pagnanasa ay tuluyan
nang natigil
Dahil ito'y kumukuha mula sa iyong masaganang bukal
Ang mga bulong ng iyong banal na pabango ay
dumadaloy patungo sa akin
Ang kandila ng aking kaligayahan ay nagniningning sa
liwanag ng iyong kagalakan
Muntik na akong mamatay sa gitna ng malikmata ng
mga oasis sa lupa

At ngayon ay nalulula ako sa mga alon ng iyong espiritu
Oh, kung maaari lang sana akong malunod sa iyong
banal na karagatan at mabuhay magpakailanman

* * *

Ang maaraw na mga abot-tanaw ng kaisipan ay
naglalaman ng mga sinag ng ultraviolet na pumipigil sa lahat
ng sikolohikal na bakterya. Huwag harangan ang mga sinag
na iyon gamit ang isang harang na salamin ng makitid at
.limitadong mga pananaw

* * *

Hindi dapat magkaroon ng pagkakawatak-watak sa
bahay ng Diyos

* * *

Ang aming pagmamahal sa iba ay naging posible sa
pamamagitan ng kapangyarihan ng pagdama ng
pagmamahal na aming natatanggap mula sa iyong
.mapagbigay na kamay, O Panginoon
Kung gayon, bigyan mo kami ng inspirasyon upang ialay
sa iyo ang aming lubos na pagmamahal at nag-aalab na
!pananabik

Binigyan mo kami ng mga ama at ina, mga kapatid na
lalaki at babae, mga anak na lalaki at babae, mga pinsan, at
isang kabiyak sa buhay

Mga anak at kaibigan, marahil ay matututunan namin
kung paano kayo mahalin sa iba't ibang paraan at banayad
na natural na pagkakaiba para sa lahat ng uri ng ugnayan ng
.tao

O walang hanggang mapagmahal, O Kataas-taasang
Malapit! Turuan Mo akong maghabi ng isang pumpon ng
lahat ng bulaklak ng pag-ibig ng tao at ilagay ito bilang
.handog sa Iyong pinagpalang templo
Ngunit kung, dahil sa aking maraming katapatan, hindi
ko maibibigay sa iyo ang buong bouquet, pipitas ako ng
isang bulaklak, ang pinakamaganda at pinakasariwang mga

bulaklak, at ilalagay ito sa iyong paanan, umaasang
!tatanggapin mo ito mula sa akin

* * *

Ang pisikal na anyo, lalo na ang mga mata, ay halos
nagpapakita kung ano ang isang tao noong nakaraan. Ang
panloob na sarili ay may malakas na impluwensya sa
.panlabas na anyo

Ang mga mata ng isang tao ang kanilang
pinakamahalagang pisikal na katangian, at dapat sikapin ng
isa na pagandahin ang kanilang mga mata. Paano ito
?magagawa

Malinaw na ipinapakita ng ating mga mata ang ating
panloob na kalikasan, at ang isang paraan upang
pagandahin ang hitsura at ekspresyon ng mga mata ay sa
pamamagitan ng paglinang ng magagandang panloob na
.kaisipan at damdamin

Ang ilang mga matang napakalupit, at ang ilan ay
nagpapakita ng malisya o pagkamakasariili

Gaano man katamis ang mga salita ng isang tao at
gaano man kaganda ang kanilang mga kilos, malalaman mo
mismo kung ano ang kanilang tunay na pagkatao sa
pamamagitan ng kanilang mga mata, dahil hindi sila
maaaring magtago sa likod ng dalawang bukas na bintana
.na iyon

Samakatuwid, ang isang tao ay dapat mag-isip ng
maganda at malikhaing mga kaisipan. At dahil ang mga ito
ay nilikha ayon sa wangis ng Diyos, wala silang karapatang
.sirain ang kanilang panloob na buhay

Ang magagandang matang sumasalamín sa
kapayapaan, katahimikan, at taos-pusong pagmamahal ay
dapat linangin sa pamamagitan ng pagpapaunlad ng
.katahimikan, pagmamahal, at kapayapaan

Sa pamamagitan lamang ng pamamaraang ito malinang
ang isang espirituwal na magnetismo na mas malakas kaysa
.sa lahat ng mga hadlang at limitasyon ng pisikal na anyo

* * *

Kapag gumawa tayo ng isang matatag na desisyon,
pagkatapos ng masusing pag-aaral ng isang isyu at
pagtukoy sa mga kalamangan at kahinaan na may
kaugnayan sa isyung iyon, at kapag pinagana natin ang
ating kalooban, makakagawa tayo ng maraming pagbabago
.sa ating buhay na maaaring tila imposibleng baguhin
May malayang pagpapasya, at kung wala ito, walang
makakatakas sa mga impluwensya ng panloob at panlabas
na kapaligiran, malilimitahan ang paglago, makikitid ang
saklaw ng mga malikhaing aktibidad, at magiging imposible
.para sa tao na umunlad at umangat sa primitibong antas

Ang konsepto ng mga bagong sistemang panlipunan at
mga progresibong ideya na may kaugnayan sa malayang
gawaing institusyonal, ang mga pamamaraang ginagamit sa
mga advanced na tuklas na siyentipiko, ang magkakaibang
larangan ng pananaliksik at pag-aaral, at mga malikhaing
gawaing pampanitikan, lahat ay nagpapatunay sa
kakayahan ng tao na gamitin ang kalayaan sa pagpili sa
bawat larangan sa tulong ng Diyos at sa kapangyarihan ng
.kalooban

* * *

Ang disiplinadong pananalita at kawalan ng galit at
hinanakit ay lumilikha ng isang taong may kontrol sa sarili at
iginagalang sa kanilang tahanan. Kabilang dito ang matalino
at makatwirang pagharap sa mga alitan sa pamilya o
.pagpapakalma sa iba gamit ang magagandang salita
Ito ay tanda ng tagumpay at maging ng kabayanihan,
.ayon pa nga sa mga kalaban mismo

* * *

Ang pag-unawa ang pinakamahalagang kayamanan ng
buhay. Ito ay isang panloob na pananaw, isang intuitibong
persepsyon kung saan malalaman natin ang katotohanan
tungkol sa ating sarili at sa iba at kung paano haharapin ang

lahat ng mga pangyayaring dumarating sa atin, tulad ng
pagtulong nito sa atin na baguhin ang ating mga saloobin at
.kilos kung kinakailangan

Sa mundong ito, ang ating pang-unawa ay kadalasang

limitado, at kapag ang ating pananaw sa pag-iisip ay
malabo, nagiging imposibleng mahulaan ang mga bagay-
.bagay at malaman ang mga kahihinatnan nito

Dahil hindi natin kayang hulaan ang mga posibleng

kahihinatnan ng ating mga kilos, madalas tayong
nakakagawa ng mga maling desisyon

Upang mamuhay nang mapayapa sa mundong ito,
dapat nating lubos na maging mulat sa ating kapaligiran at
mga nakapaligid sa atin, at alamin kung saang direksyon
.tayo patungo

Dapat nating taglayin ang panloob na pandama na
nagsasabi sa atin kung ano ang magiging buhay natin sa
.hinaharap batay sa ating kasalukuyang mga kilos

* * *

Ang isip ay dapat araruhin gamit ang araro ng tamang
pang-unawa dahil ang lupa nito ay tuyo at malupit, at ang
lupa nito ay dapat basain ng optimismo at pagiging bukas, at
ang mga buto ng pananampalataya ay dapat itanim dito at
ang mga buto ay diligan ng tubig ng mabuting kalooban na
.naaayon sa banal na kalooban

* * *

Isa sa mga disipulo ang nagtanong sa gurong si

Paramahansa tungkol sa isang panalangin na mabilis na
maghahatid sa kanya ng banal na minamahal, at sinabi ng
:guro

Nais lamang ng Diyos na ang mga nakatagong hiyas ng"

".panalangin ay nasa kaibuturan ng iyong puso

* * *

Sino ang nagbigay sa atin ng kakayahang magmahal?

Ang Diyos

Kaya sino ang mas karapat-dapat sa ating pagmamahal
?kaysa sa anupaman? Diyos
Walang tunay na pag-ibig kung wala ang Diyos dahil ang
Diyos ay pag-ibig
* * *

Hindi natin dapat kalimutan na ang Diyos ang ating
tagapagbigay at ang tunay na kasaganaan ay hindi
nasusukat sa kung anong mayroon tayo kundi sa kung ano
.ang ating makakamit sa pamamagitan ng paghahangad

Ang kaligayahan ay nangangailangan ng pagsisikap na
bawasan ang mga pagnanasa at paunlarin ang kakayahang
matugunan ang mga mahahalagang pangangailangan, at
maging optimistiko na ang mga kalagayan ay bubuti sa
tulong ng Diyos sa kabila ng lahat ng mga balakid at
.hadlang, gaano man kahirap ang mga ito
* * *

Ang tinig ng karunungan ay nagsasalita sa lahat ng
mabubuting puso na naaayon sa matataas na espirituwal na
mga vibrasyon, at gumagala sa himpapawid upang
maghanap ng magkakasundong mga ideya na naghahanap
.ng kapayapaan, pag-ibig, at kahanga-hangang kaalaman
* * *

Ang ating mga puso ay ang mga butil, at ang pag-ibig
ay ang tali ng banal na rosaryo na nagbubuklod sa ating
mga puso
* * *

Huwag mong hayaang angkinin ka ng iyong mga ari-
arian
* * *

Naaalala ko pa rin ang maraming estudyanteng lumapit
sa aking guro at pagkatapos ay iniwan siya kalaunan dahil
.wala silang tamang pag-unawa

Sabi ko sa sarili ko, "Maraming maaaring dumating at
marami ang maaaring umalis, ngunit mananatili akong
"matatag hanggang sa huli

Ang aking guro ay isang mahigpit at magalang na tao,
at marami ang hindi nakatiis sa ningning ng kanyang
napakatalino na karunungan at umalis sa monasteryo,
:ngunit sinabi ko sa kanya isang araw
".May isang taong hindi ka iiwan, at iyon ay ako"

Natutuwa ako na tinupad ko ang aking pangako dahil
ang kanyang espirituwal na patnubay ay nagbukas ng aking
mga mata at nagliwanag sa aking isipan gamit ang liwanag
.ng Diyos

* * *

Tandaan na ang kasiyahan ng Diyos ang pinakadakila sa
lahat. Kung ang buong mundo ay nasisiyahan sa iyo, ngunit
wala kang pabor sa Diyos, para kang isang taong
humahawak ng hangin o humihihip sa abo. Ngunit kung ang
buong mundo ay galit sa iyo o laban sa iyo, ngunit taglay mo
ang pabor ng Diyos, ikaw ang may kontrol at ang tunay na
.maligayang may-ari ng lahat

* * *

Ang ating buhay ay lubos na nakasalalay sa Diyos, at
kung tayo ay babaling sa Kanya at magtitiwala sa Kanyang
tulong, ituturo Niya sa atin ang daan at gagabayan tayo sa
tamang paraan upang harapin ang ating mga problema at
.maalis ang ating mga paghihirap

* * *

Banal na Eskultor

Hayaang maging ganito ang bawat tibok ng aking puso
Isang bagong salita sa tulang "Ang Aking Walang

"Hanggang Pag-ibig para sa Iyo

At hayaang maiparating ang bawat tunog na binibigkas

ng aking mga labi

Mga pinagpalang bibrasyon mula sa iyong banal na tinig

Nawa'y mapuno ng kagalakan ng iyong presensya ang
bawat pag-iisip ko
Nawa'y ang aking kalooban ay mapuno ng iyong banal
na sigla

Palamutihan Mo ang lahat ng aking mga iniisip,
ekspresyon, at mithiin ng Iyong biyaya
O kabanal-banalang banal na iskultor
Hubugin ang buhay ko sa paraang sa tingin mo ay
nararapat

Ayon sa iyong natatanging disenyo
* * *

Sinasagot tayo ng Diyos kapag tayo ay nagsikap, at
saka natin mapagtatanto na Siya ay tunay na umiiral,
dinidinig ang ating mga panalangin, at iginagawad ang ating
mga kahilingan. Ang mga patuloy na nag-iisip at nagninilay-
nilay sa Kanya ay madarama ang Kanyang banal na
.presensya at makikita ang Kanyang pinagpalang liwanag
Sinumang may taos-pusong hangarin at matibay na
determinasyon ay tiyak na makakamit ang kanyang layunin
kahit ano pa ang mga nakaraang pagkakamali, ngunit ang
pagpapatuloy sa mga pagkakamaling iyon ay isang malaking
kasalanan laban sa sarili, dahil sinumang nagkakamali ay
.nagkakait sa kanyang sarili ng tunay na kaligayahan
Ang tao ay may kapangyarihang saktan o pakinabangan
ang kanyang sarili, at nasa kanya ang pagpili na ilayo sa
kanya ang mga langgam ng kamangmangan upang hindi
.siya makagat at hindi siya mainis
Kung ayaw ng isang tao na maging masaya, walang
makakapagpasaya sa kanya, at hindi niya dapat sisihin ang
.Diyos sa kanyang kalungkutan
Kung hindi tayo binigyan ng Diyos ng kalayaang gamitin
ang ating kalooban, Siya sana ang may pananagutan sa
ating paghihirap, ngunit ibinigay Niya sa atin ang kalayaang
iyon, at tayo ang humuhubog sa ating buhay ayon sa ating
.pagpili

* * *

:Ang mas malalim na kahulugan ng katahimikan
Kapag ang disipulo ay hinahabol ng mga halimaw ng
takot, sakit, at iba pang mga problema, hinahanap niya ang
.santuwaryo ng katahimikan sa loob ng kanyang sarili
Ang taong gising sa espirituwal ay nabubuhay araw at
gabi sa isang kuta ng katahimikan na hindi tinatablan ng
mga alalahanin at kalungkutan, at ang mga kakila-kilabot ng
.mundo ay hindi kayang sumira dito
Ang mga pumapasok sa santuwaryo ng katahimikan ay
maaaring makipag-usap sa ibang mga kaluluwang
nagmamahal sa Diyos, tulad ng pag-unawa nila sa wika ng
.mga rosas at lahat ng nabubuhay na nilalang
Habang lumalalim ang katahimikan ng disipulo, mas
lumalaki ang kanyang kaligayahan
Ang kagalakang nakatago sa likod ng mga bintana ng
pag-iisip, na kailangang tuklasin at ilantad sa kaibuturan ng
katahimikan, ay isang dakilang kagalakang hindi kayang
.ilarawan

* * *

Tinitingnan ko ang kabihasnan bilang isang hardin kung
saan nakikita ko ang lahat ng uri ng katangian ng tao na
.umuusbong at namumulaklak
Tulad ng bubuyog, hinahanap ng aking isipan ang mga
bulaklak na may mabubuting katangian
Ang bubuyog ay pumupunta lamang sa mga bulaklak
kung saan maaari nitong anihin ang pinakamahusay na uri
ng pulot-pukyutan
Gayundin, dapat nating tularan ang bubuyog, na
umiinom lamang ng pinakamatamis na nektar.
Nangangahulugan ito na dapat nating sikaping tanggapin
.ang mabubuting katangian at birtud na nakikita natin sa iba
Ang Diyos ang pinagpalang pulot-pukyutan na
dumadaloy sa mga kaluluwang tumatanggap at pinupuno
sila ng kabutihan at tamis

* * *

Sinumang nagnanais na palawakin ang kanyang
kaalaman ay dapat lumampas sa kamalayan sa sekta, kulay,
lahi, at bulag na panatismo, at magsanay ng pagpipigil sa
sarili, maging mabait at palakaibigan, at maging
.katamtaman sa pagkain, inumin, at iba pang kasiyahan
Dapat niyang gawin ang mga bagay na sinasang-ayunan
ng kanyang konsensya at nagdudulot sa kanya ng
kapayapaan ng isip, magsalita ng totoo, huwag magnakaw,
huwag manlinlang sa iba, huwag magpakasasa sa mga
kalayawan na nakakasira sa kalusugan at nakakabawas ng
sigla, at lumayo sa takot, galit, kasakiman, inggit, at mga
.nakakagambalang obsesyon
At dapat niyang sanayin ang sarili na tiisin ang init,
lamig, at iba pang mga paghihirap nang hindi nagagalit at
dapat niyang palakasin ang kanyang tiwala sa Diyos, ang
pinakadakilang kanlungan mula sa lahat ng takot at
.kasamaan

* * *

Ang ugnayan sa pagitan ko at ng aking guro ay
perpekto at kahanga-hanga. Ang ugnayan sa pagitan ng
espirituwal na gabay at disipulo ay pag-ibig sa pinakamataas
.na kahulugan nito
Minsan akong umalis sa buhay monghe sa pag-aakalang
mas matagumpay kong mahahanap ang Diyos sa Himalayas,
...ngunit mali ako at naramdaman ko iyon nang umalis ako
Pagbalik ko pagkalipas ng ilang araw, tinatrato ako ng
guro ko na parang hindi ko siya iniwan. Sa halip na
pagalitan, binati niya ako gaya ng dati at mahinahong sinabi,
"Tingnan natin kung ano ang maihahanda natin para sa
".almusal natin ngayong umaga
Kaya sinabi ko sa kanya, "Pero hindi ka ba galit sa akin,
"?ginoo, dahil sa aking pag-alis
Sumagot siya: "Syempre hindi, wala akong inaasahan
mula sa iba, at samakatuwid ang kanilang mga kagustuhan

ay hindi maaaring sumalungat sa akin. Hindi kita sasamantalahin para sa pansariling pakinabang, at walang ".mas magpapasaya sa akin kaysa sa iyong kaligayahan Sa unang pagkakataon, naramdaman kong may tunay

!na nagmamahal sa akin

Kung ako ang namamahala sa mga negosyo ng aking ama at nagbitiw sa aking trabaho, magagalit siya sa akin. Halimbawa, nang tumanggi ako sa isang malaking alok na trabaho (sa isang kumpanya kung saan ang aking ama ay isang ehekutibo), hindi niya ako kinausap sa loob ng pitong .araw

Minahal ako ng aking ama nang may taos-pusong pagmamahal mula sa ama, ngunit ito ay isang bulag na pagmamahal, dahil inakala niyang ang pera ang magpapasaya sa akin, ngunit ang pera ang sisira sa aking .kaligayahan

Pagkalipas ng ilang panahon, nang itatag ko ang aking paaralan para sa integrated education, nagbago ang isip ng aking ama at sinabing, "Mabuti na lang at hindi mo "tinanggap ang trabahong iyan

Sa kabaligtaran, ang saloobin ng aking guro ay ibang-iba, dahil sa kabila ng aking pag-alis sa monasteryo, ang kanyang pagmamahal sa akin ay hindi nagbago, at hindi .niya ako sinisi

* * *

Masyado na akong matagal na nagtagal sa higaan ng nakaraan, kasalukuyan, at hinaharap ng iyong nilikha, O Panginoon, at ako – ang anak ng kawalang-hanggan – ay .nakaramdam ng pagkabalisa

Paulit-ulit akong nagpumiglas, ngunit walang naging resulta. Gayunpaman, sa wakas ay nagtagumpay ako sa pamamagitan ng pagtalon mula sa kama na napapalibutan ng mga hadlang ng mapanlinlang na relatibidad, at hinawakan mo ako sa iyong mga kamay at inugoy sa mga .himig ng walang hanggang kapayapaan

Ako'y anak ng kawalang-hanggan – ang iyong kawalang-
hanggan, O Panginoon
Inihilig ko ang aking ulo sa dibdib ng iyong buong pag-
iral

* * *

Ako'y isang ibon ng paraiso: isang ibon ng langit na
nilikha ng iyong mga pinagpalang kamay
Pinalamutian niya ako ng biyaya at magagandang kulay:
ng lambing at ginintuang balahibo ng espirituwal na
pamumulaklak
Lumipad ako nang mataas sa madilim at nakasimangot
na kapaligiran ng buhay, naghahanap ng paraiso ng
kaligayahan, at ang aking matingkad na mga balahibo ay
.nabahiran ng madilim na batik ng kawalan ng pag-asa
Halika, Diyos ko, at hugasan ang ibon ng iyong paraiso
ng mga sinag ng karunungan at dalisay at matamis na tubig
.ng kapayapaan

* * *

May isang uri ng bakterya na ipinapanganak, dumarami,
at namamatay sa loob lamang ng dalawang oras
Ang ganitong uri ng pagsusulit ay maaaring gawin sa
loob ng kalahating araw o mas maikli pa kaysa sa kailangan
ng isang tao na subukan sa loob ng mahabang panahon na
.maaaring umabot ng walumpung taon
Ang pitumpu o walumpung taon na ating nabubuhay ay
panandalian lamang sa kawalang-hanggan. Mula sa isang
relatibong pananaw, lahat ng nangyayari sa atin ay
nangyayari sa parehong bilis ng nangyayari sa bakteryang
nabanggit sa itaas. Sa bawat panandaliang sandali ng
kawalang-hanggan, maraming taon ang lumilipas ayon sa
pagtutuos ng tao. Samakatuwid, ang oras ay napakahalaga
.para sayangin

* * *

Hindi dapat gawin ng isang tao ang hindi sinasang-
ayunan ng kanyang konsensya, at dapat siyang maging sarili

niyang amo. Kapag napagtanto niyang sila ang amo ng
kanyang mga iniisip, nararamdaman, at kilos, walang
.makakakontrol o makakaimpluwensya sa kanya

* * *

Bagama't malaki ang impluwensya ng isip sa katawan,
hindi matalinong pabayaang ang katawan
Dapat kumain ang isang tao ng angkop at
masustansyang pagkain, mas pipiliin ito kaysa sa hindi
masustansyang pagkain

Kung hinihiling ng iyong kalagayan na mamuhay
kasama ang mga taong nagpapakaba sa iyo, ipinapayong
baguhin mo ang iyong kapaligiran paminsan-minsan. Ngunit
mas mabuti pa riyan ang baguhin ang iyong sikolohikal na
kalagayan upang hindi ka maistorbo ng mga kilos ng iba.
Baguhin mo ang iyong sarili, at pagkatapos ay mabubuhay
.ka nang mapayapa at masaya kahit saan

* * *

Ang mundo sa kabuuan ay parang isang mental asylum.
Ang ibang tao ay nagdurusa sa selos at inggit, ang iba
naman ay sa galit, poot, at kalibugan. Biktima sila ng
kanilang mga gawi at emosyon. Ngunit maaari kang lumikha
.ng kapayapaan sa iyong kapaligiran

* * *

Ang mga emosyon ay may tiyak na epekto sa isip at
katawan. Ang inggit at takot ay nagpapaputla sa mukha,
.habang ang pag-ibig naman ang nagpapaningning dito

* * *

Kapag kaya mong maging kalmado, lagi kang magiging
masaya

Kapag nagdesisyon kang magbago para sa ikabubuti,
tandaan na ang mabuting kasama at mga dakilang
impluwensya ay napakahalaga at kailangang-kailangan para
.makamit ang iyong layunin

Ang impluwensya ng kapaligiran – mabuti man o
masama – ay mas malakas kaysa sa kagustuhan, kaya

isaalang-alang iyon sa iyong pakikitungo at pakikipag-
.ugnayan sa iba

Kinakailangan din ang pagsusuri sa sarili para sa
pagpapabuti ng sarili

Kung kaya mong suriin ang iyong sarili nang may
katapangan at walang takot, makakayanan mo ang
pagsusuri ng iba at hindi ka maaapektuhan ng kanilang mga
.kritisismo

* * *

Maaaring may magsabi: "Wala akong pakialam sa
kasiyahan o kaligayahan, nabubuhay ako para makamit ang
"isang bagay at makamit ang tagumpay, halimbawa
Maaaring sabihin ng iba: "Gusto kong gumawa ng
mabuti sa mundong ito, kahit na ako ay nasa gitna ng sakit
"at pagdurus

Ngunit kapag sinuri natin ang kanilang mga ideya,
matutuklasan natin na pareho silang nagsusumikap para sa
kaligayahan. Ang una ba ay naghahangad ng tagumpay
nang walang kaligayahan? Ang isa ba ay naghahangad ng
kabutihan para sa mundo nang hindi niya nararanasan ang
.kaligayahan bilang resulta? Tiyak na hindi

Maaaring wala silang pakialam sa pisikal na sakit at
sikolohikal na pagdurus na dulot sa kanila ng iba o sa mga
maaaring resulta ng mga pangyayaring likas sa pagkamit ng
tagumpay o pagbibigay ng tulong sa iba, dahil ang una ay
nakakasumpong ng malaking kagalakan sa tagumpay at ang
isa naman ay lubos na nasisiyahan sa pagtulong sa iba sa
.kabila ng lahat ng masasamang kalagayan

Kahit na ang karamihan sa mga walang pag-iimbot na
motibo at taos-pusong mga tendensiyang humanistiko ay
nagmula sa isang personal na hangarin na mapalapit sa
.kaligayahan

Ngunit ang kaligayahang iyan ay hindi para sa mga
oportunistang at makitid ang pag-iisip, kundi ito ay kaligayahan

ng mapagbigay at marangal na taong may malawak na pag-
.iisip at mapagbigay at dakilang kaluluwa
Samakatuwid, ang altruista ay hindi hinahayaang
diktahan siya ng pagkamakasarili, dahil imposibleng
matagpuan ang dalisay na kaligayahan maliban kung ang
tao ay malawak ang pag-iisip at mabait, kung kaya't
hinahanap at hinahangad niya ang kaligayahan para sa iba
.pati na rin para sa kanyang sarili
Iyan ay isang unibersal na prinsipyo na hindi nagbabago
o nagbabago

* * *

Hindi kinakailangan na personal mong kilalanin ang
lahat ng tao at mahalín sila nang matalik para lang
.magpakita ng interes sa kanila at makapaglingkod sa kanila
Ang kailangan ay laging handang mag-alok ng
palakaibigang serbisyo sa lahat ng makakasalubong mo at
.tunay na nangangailangan ng serbisyong iyon
Nangangailangan ito ng pagsisikap sa pag-iisip at taos-
pusong kahandaang gawin ito nang walang reklamo. Sa
.madaling salita, nangangailangan ito ng sakripisyo
Pantay ang sikat ng araw sa isang diyamante at isang
piraso ng uling, ngunit ang diyamante ay nakabuo at
nakapagpatubo ng ilang katangian na nagbibigay-daan dito
upang makatanggap ng sikat ng araw at maipakita ito nang
may kinang at kinang, habang ang uling ay hindi kayang
.magpakita ng parehong liwanag
Dapat tayong maging parang diyamante sa ating
pakikitungo sa mga tao at ipakita ang liwanag ng banal na
.pag-ibig nang may karikitan at kadalisayan

* * *

Sa isang talumpati sa kanyang mga disipulo, sinabi ni
:Guro Paramahansa

Hindi ko maipahayag sa mga salita ang lalim ng aking
pasasalamat sa mga salitang nagpapahayag ng iyong
damdamin para sa akin

Lubos akong nagpapasalamat sa iyong katapatan, sa
iyong lakas ng loob, at sa mga salitang nagmumula sa iyong
mga puso
Isang karangalan para sa akin ang makasama kayo, at
isang kasiyahan na laging alalahanin ang aking dakilang
.tungkulin sa aking mga kapatid sa mundong ito

* * *

Ang lalaking dating nambubugbog sa kanyang mga amo
Kapag nais mong magtatag ng isang bagong gawi at
alisin ang isang masamang gawi, ituon ang iyong isip, nang
mahinahon at walang pagpupumilit, sa sentro ng lakas ng
loob at espirituwal na kamalayan na matatagpuan sa noo sa
pagitan ng mga kilay, at matatag na pagtibayin ang
mabuting gawi na nais mong itatag. Gayundin, kapag nais
mong alisin ang isang masamang gawi, ituon ang pansin sa
puntong iyon at matatag na pagtibayin na ang lahat ng
neural pathways sa utak kung saan nakapokus ang
.masamang gawi ay nabura na
Ikukuwento ko sa iyo ang isang totoong kwento tungkol
sa isang lalaking mahusay sa pagsampal sa kanyang mga
amo sa trabaho kapag siya ay nagagalit. Dahil dito, nawalan
din siya ng trabaho nang sunod-sunod dahil tuluyan niyang
nawalan ng kontrol sa kanyang sarili kapag siya ay
nagagalit, at sinumang sumasalungat sa kanya ay kanyang
.susuntuin gamit ang anumang mahawakan niya
Lumapit siya sa akin para humingi ng tulong, kaya
sinabi ko sa kanya: "Sa susunod na magalit ka, magbilang ka
muna mula isa hanggang isang daan bago ka gumawa ng
".kahit ano
Sinubukan niya ang paraan ngunit bumalik siya sa akin
at sinabing: "Tumitindi ang galit ko kapag ginagawa ko iyon,
at nabubulag ako ng sama ng loob habang nagbibilang dahil
sa mahabang paghihintay ko." Tila wala nang pag-asa ang
.kanyang kalagayan

Pagkatapos ay hiniling niya sa kanya na pagnilayan at damhin na ang liwanag ng Diyos ay bumabaha sa kanyang isipan, pinapakalma ang kanyang galit, pinapakalma ang kanyang mga nerbiyos, pinapalambot ang kanyang damdamin, at inaalis ang lahat ng bakas ng galit sa kanyang sarili, at dahil dito ay mawawala rin ang kanyang mga .pagsiklab ng galit balang araw

Hindi nagtagal at bumalik siya sa akin, at sa pagkakataong ito ay sinabi niya sa akin: "Napalaya ko na ang aking sarili mula sa ugali ng galit, at nagpapasalamat "ako para doon

Napagpasyahan kong subukan siya, kaya nagtanong ako sa ilang mga batang lalaki para subukang asarin siya, at nagtago ako sa isang lugar kung saan makikita ko siya ngunit hindi niya ako makita. Paulit-ulit na sinubukan siyang pukawin ng mga lalaki, ngunit nanatili siyang kalmado at .hindi sumasagot

* * *

Nawa'y punuin ng pangako ng kawalang-hanggan ang ating mga puso at isipan

At hayaang ipaalala sa atin ng mga kabanata at pangyayari sa buhay na ang anino ng kamatayan ay hindi nakakatakot sa mga anak ng liwanag na may kamalayan sa pagiging permanente ng kaluluwa at sa malapit nitong .kaugnayan sa Lumikha nito

Unawain natin na ang buhay at kamatayan ay dalawang alon sa dagat ng Diyos, at ang kaluluwa, na isang patak mula sa kosmikong karagatan, ay tinatanggap ang dalawang alon na ito nang hindi nagbabago ang esensyal nitong kalikasan at hindi humihiwalay sa walang hanggang .pinagmulan nito

Magsikap tayo upang ilabas ang ating tunay na kalikasan mula sa mga piitan ng kamangmangan patungo sa .mga tuktok ng liwanag at kaalaman

Kapag pinalaya natin ang ating kamalayan mula sa mga
hadlang ng katawan, negatibong mga kaisipan, at mga hindi
malusog na impluwensya, maaantig natin ang ating
espirituwal na kalikasan at mapagtatanto na tayo ay walang
hanggang sinag ng banal na araw na hindi kailanman
.lumulubog

* * *

Ang mga nakarating sa estado ng samadha o kosmikong
kaligayahan ay natutuklasan na ang mga solido ay nagiging
.likido

Mga likido tungo sa mga gas, mga gas tungo sa
enerhiya, at enerhiya tungo sa kosmikong kamalayan, at
nakakaramdam siya ng labis na kagalakan na hindi kayang
ilarawan at nakakaranas ng iba't ibang estado ng kamalayan
mula sa panibagong kagalakan o walang hanggang
karunungan o kataas-taasang kapayapaan o isang
pakiramdam ng ganap na presensya o ang pagkatunaw ng
.sarili sa gitna ng kosmikong espiritu

* * *

Pagbawi ng nerbiyos

Sa malalim at tahimik na pagmumuni-muni, ang
puwersa ng buhay ay dumadaloy mula sa utak patungo sa
lahat ng organo, ang mga kislap ng liwanag ay nagmumula
sa mga tisyu, at ang mahalagang daloy ay dumadaloy sa
gulugod at ipinamamahagi upang lamunin ang lahat ng
selula ng katawan, puspos ng daloy ng enerhiyang
nakapagpapagaling, at ang mga nerbiyos ay nare-refresh
.bilang resulta

* * *

:Mga uri ng magnet

Mula sa mga ordinaryong magnet, makikita natin na ang
lakas ng atraksyon ng isang magnet ay nakasalalay sa
.kalidad ng magnet mismo

Ang maliit na magnet ay umaakit ng maliliit na bagay,
at ang malakas na magnet ay umaakit ng mas malalaking
bagay

Kaya, ang isang magnet ng tao ay umaakit ayon sa
puwersang pang-akit nito

Mayroon ding iba't ibang uri ng magnetismo ng tao; ang
ilan ay umaakit ng mga pisikal na bagay, ang ilan ay mga
puwersang saykiko, at ang ilan ay umaakit ng mga
espirituwal na kalamangan—mga kalamangang kadalasang
.nakatago o nakakalimutan

Hukayin ang mahahalagang hiyas sa mga minahan ng
kaluluwa, at ikaw ang magwawagi. Ituloy ang iyong
minimithi, at makatitiyak ka na ang banal na magnetismo ay
maglalapit sa iyo sa Diyos—ang pinagmumulan ng lahat ng
kapangyarihan at kabutihan, at ang pinakamalaking
.pakinabang sa buhay

Pagpapatibay: Gagamitin ko ang pinagpalang
espirituwal na magnetismo upang maakit sa aking sarili ang
lahat ng mabubuting bagay at ang mga sinag ng lahat ng
kaalaman

* * *

Ang Diyos ang buhay ko, Siya ang aking pag-ibig, Siya
.ang templong tinatawag ng puso ko upang sambahin

Ang Diyos ang aking layunin, dahil hindi ko
magampanan ang aking mga tungkulin nang wala ang
Kanyang tulong

Kaya hinanap ko siya nang buong puso hanggang sa
.matagpuan ko siya

Kung walang banal, nagliliyab na pagmamahal at lubos
na determinasyon, mahirap mahanap ang kosmikong
.minamahal

* * *

Darating ang araw na ang isang tao ay lilisan sa
mundong ito. Ang ilan ay maaalala siya nang may
pagmamahal at iiyak para sa kanya, at ang iba naman ay

maaalala siya nang masama, ngunit lahat ng kanyang
.masama at mabubuting iniisip ay sasamahan siya
Samakatuwid, tungkulin ng isang tao na subaybayan
ang kanyang mga iniisip, suriin ang kanyang mga kilos,
itama ang kanyang mga pagkakamali, suriin ang kanyang
.sarili, at gawin ang kanyang makakaya
Huwag mong pansinin ang sinasabi ng mga tao tungkol
sa iyo basta't ginagawa mo ang tama
Ginagawa ko ang lahat para hindi makagalit kahit
kanino, at sa kaibuturan ko, alam na alam ko na ginawa ko
.ang lahat para maging mabait at taos-puso sa lahat
Pero wala akong pakialam sa opinyon ng mga tao
tungkol sa akin, papuri man o pagkondena, dahil ang Diyos
ay kasama ko at ako ay kasama Niya, at iyon ang
.pinakamahalaga

* * *

Kapag ang isang pagkakaibigan ay lumitaw sa pagitan
ng dalawang tao o isang grupo ng mga tao sa purong
espirituwal na batayan, na walang personal na layunin at
mithiin, ang dalisay na pagkakaibigang iyon ay naglilinis ng
.kaluluwa ng bawat isa sa mga magkakaibigang iyon
Ang pusong dinalisay ng pagkakaibigan ay nagiging
bukas na pinto tungo sa pagkakaisa at pagkakalapit
Sa pamamagitan ng pusong ito, nagiging posible ang
pag-akit ng mas maraming mabubuting kaluluwa upang
makapasok sa istruktura ng pagmamahalan ng
magkakapatid at magtamasa ng katahimikan at
.kapayapaan

* * *

Mas mahalaga sa akin ang kapakanan ng iba kaysa sa
sarili kong buhay, dahil ginagawa ko ang lahat ng ginagawa
ko para sa kapakanan ng Diyos, at ginagawa ko ito nang
may higit na pagnanais at sigasig kaysa kung ang mga
.gawaing iyon ay akin lamang

Kung ang mga resulta ay salungat o hindi kasiya-siya,
wala akong pakialam o nagagalit dahil pakiramdam ko ay
nagawa ko na ang aking tungkulin sa Diyos, na siyang aking
layunin at siyang nasa likod ng intensyon, at dahil ginawa ko
na ang aking makakaya at uulitin ko ang pagtatangka nang
may malaking kagalakan at determinasyon, ngunit hindi
.nakatali sa pagsisikap o sa resulta

Kung ako'y nagtatrabaho lamang para sa aking sarili,
palagi akong magiging biktima ng pag-aalala at pagkabalisa.
Ngunit hangga't ang aking layunin ay palugdan ang Diyos,
ang mga resulta ay para sa Kanya at hindi para sa akin. Ito
ang aking pananaw sa buhay, at dito ko matatagpuan ang
.aking ginhawa at kalayaan

:Mga hakbang sa hagdan ng tagumpay

Masipag na trabaho -

Kakayahang malikhain -

Ang tamang desisyon

Pagtitipid at pag-iwas sa basura

Pagsisikap at pagsubok muli pagkatapos ng pagkabigo -

Disiplina sa sarili at pagpapabuti ng sarili

Pagpapagana ng mga malikhaing enerhiya -

Pagtulong sa iba

Bukod dito, dapat nating pagnilayan ang Diyos, ang -
pinagmumulan ng lahat ng kabutihan at ang pinagmulan ng
lahat ng tagumpay at pagpapala

* * *

Aawit ako sa iyo ng isang awiting hindi pa kailanman

nabigkas noon, at sa iyo ko iniaalay ang aking tunay na
himig na tinutugtog ng aking puso nang malalim sa loob at
.sa mga kuwerdas nito

Kinatha ko ang unang himno ko at narito ako at iniaalay

ito sa iyo bilang isang dalisay na handog

Hindi ko kayo ihaharap ng mga tuyot at intelektuwal na

.himig o mga palamuting himig na nilikha ng iba

Wala akong ibibigay sa iyo kundi ang simple at
inosenteng himig ng aking puso
Hindi ko kayo bibigyan ng mga rosas na itinanim sa mga
greenhouse at puno ng emosyon at pagsinta, bagkus ay
iaalay ko sa inyo ang mga ligaw na bulaklak na sumibol pa
lamang sa mga bukid ng aking mga pananabik at mga
.parang ng aking buhay

* * *

Madaling suriin at uriin ng isang tao ang iba ayon sa
mga partikular na katangian
Ngunit mahirap para sa isang tao na tapat at
makatotohanang bigyang-pansin ang kanilang sarili. Ngunit
ito mismo ang dapat nilang gawin upang maunawaan ang
mga kinakailangang pagpapabuti at pagbabago na kailangan
.nila

Ang layunin ng pag-alam sa ating mga personal na
katangian ay upang maunawaan kung paano natin
naiimpluwensyahan ang iba
Ang mga tao ay nagkakaroon ng mga impresyon
tungkol sa kalikasan ng isang tao, sinasadya man o hindi, at
ang kanilang reaksiyon sa mga vibrations na nagmumula sa
kanya ay isang banayad na signal sa mga nababahala, at
.nauunawaan ng matalino ang signal

* * *

:Ang mga hadlang sa sikolohikal na pag-unlad ay
Pagmamahal sa sarili (pagkamakasarili), kayabangan,
kasakiman, galit, poot, inggit, at iba pang madilim na
katangian na humahantong o nagtutulak sa isang tao sa
isang mas malalim na kamangmangan kaysa sa kung sino
talaga siya

Ang kailangan ay sundan ang landas patungo sa
kalayaan, dahil ang mga pagnanasa ng tao ay hinihimok ng
mga gawi na patuloy na binabago at halos hindi natatapos o
.humihinto sa isang hangganan

Ang mga gawi na ito ay nakakulong sa kaluluwa at
nananatili itong bihag, na ginagawang imposible para sa
may-ari nito na tahakin ang landas ng kalayaan at
.emansipasyon

* * *

:Ang landas ng buhay ay ang mga sumusunod
Sa isang banda ay ang madilim na lambak ng
kamangmangan, at sa kabilang banda ay ang maliwanag na
liwanag ng karunungan
Kapag kumikilos tayo nang may karunungan, ligtas
tayong tumatahak sa landas ng kalayaan at nakakamit ang
ating kailangan

* * *

Ang buong sansinukob ay nilikha ng banal na kalooban,
at kapag iniayon natin ang ating sarili sa banal na kaloobang
iyon, ang kailangan natin ay dumarating sa atin nang walang
.kahirap-hirap

* * *

Kapag sinusubukan ng mga tao na harapin ang
masalimuot na mekanismo ng emosyon ng tao, nang walang
.paunang pagsasanay, ang resulta ay kadalasang masakit
lilan lamang ang nakakaalam na ang kaligayahan ay
nakasalalay sa pag-unawa sa batas ng pag-uugali ng tao
Ito ang dahilan kung bakit ang ilang tao ay madalas na
nakikipag-away sa kanilang mga kaibigan at kapamilya;
hindi nila naiintindihan ang iba at hindi nila nakikita ang
.kanilang sariling mga personal na kapintasan

Mahalagang huwag makipagtulungan sa mga maling
gawain ng ating mga mahal sa buhay, sa halip ay tahimik na
labanan ang mga gawaing iyon sa pamamagitan ng mga
.nakabubuo at espirituwal na gawain

Mahalaga rin na huwag tayong gumamit ng malupit na
pamamaraan sa pagharap sa abnormal na pag-uugali ng
.ating mga mahal sa buhay

* * *

Nilinlang tayo ng tusong mangangaso. Lumulutang tayo
sa mababaw na tubig para sa maling pakiramdam ng
seguridad habang ang nakamamatay na lambat ng
.kamangmangan ay nakakulong sa atin

Sa pang-araw-araw na paghahagis ng mga lambat
pangingisda, marami ang nahuhuli at iilan lamang ang
nabubuhay

O walang hanggang awa, iligtas mo kami mula sa
nakamamatay na mga bitag ng mga pagnanasa, walang pigil
na mga ambisyon, at nakasasakal na makamundong mga
!pagkahumaling

Sumisid tayo sa kailaliman ng payapang dagat ng
kaluluwa kung saan nananahan ang banal na pagkakaisa, at
tayo'y kumawala sa mga tanikala ng pagkabihag at mga
!tanikala ng pagkaalipin

* * *

Sinabi ni Guro Paramahansa, habang pinapalakas ang
:loob ng isa sa kanyang mga disipulo
Kung kaya mo, sa pamamagitan ng iyong katapatan,
sinseridad, at pagmamahal sa Diyos, na maiparating ang
iyong mga panalangin sa Kanya, hindi mahalaga kung ang
iyong mga pagkakamali ay mas malalim pa sa karagatan at
.mas mataas pa sa Himalayas

Aalisin ng Diyos ang mga balakid na iyon sa iyong
landas, palalayain ka mula sa mabibigat na pasanin ng
nakaraan, at ang iyong pagnanais na ulitin ang mga
.nakaraang pagkakamali ay maglalaho

Maaaring minsan ay matagpuan mo ang iyong sarili sa
ilalim ng makapal na patong ng kadiliman, ngunit nananatili
.ka pa ring isang kislap ng walang hanggang apoy
Kaya mong itago ang kislap, pero hindi mo ito kayang
alisin

* * *

Ang pagpapasaya sa iba sa pamamagitan ng
mabubuting salita na inudyukan ng mabubuting intensyon at

sa pamamagitan ng taos-pusong payo ay isang kahanga-
hangang bagay at isang tanda ng kadakilaan na siyang
.katangian ng mga dakilang kaluluwa
Tungkol naman sa pananakit sa ibang tao sa
pamamagitan ng pananakit, masasakit na salita, sarkastiko
na tingin, o maasim na mungkahi, ang mga ito ay
nakakahiya at nakakainis na mga pamamaraan na hindi
.ginagamit ng mga taong may mabubuting puso
Ang sarkastiko ay nakakatulong upang maipakita ang
diwa ng paghihimagsik at galit sa nagkasala, habang ang
mga palakaibigang salita ay lumilikha ng pagsisisi sa kanya,
na nangangahulugang kinikilala ng tao ang kanyang mga
.pagkakamali at hindi na ito uulitin pa

* * *

Sabi ng isa sa mga estudyante, "Guro, hindi po ako
kailanman makapaniwala sa langit. Totoo ba talagang
"?umiiral ang lugar na iyon
:Sumagot ang gurong si Paramahansa
Oo, ang mga nagmamahal at nagtitiwala sa Diyos ay"
mapupunta sa paraiso kapag dumating ang kamatayan sa
kanila. Sa ethereal na mundong iyon, ang isang tao ay may
kakayahang agad na gawing materyal ang anumang naisin
".nila, sa pamamagitan ng kapangyarihan ng pag-iisip
Ang ethereal na katawan ay binubuo ng nagliliwanag na
liwanag. Sa mga kamangha-manghang kaharian na iyon ay
may mga tunog at liwanag na hindi alam ng mga
.naninirahan sa Daigdig

* * *

Ang kaligayahan ay dapat hanapin nang higit pa sa loob
ng sarili, at bawasan nang bawasan sa mga materyal na
.bagay
Maging masaya sa iyong isipan upang ang mga
panlabas na bagay ay hindi makagambala sa iyong
.kapayapaan at makasira sa iyong balanse

Ang kaligayahang panloob ang tanging mithiin na dapat
pagsikapan sa buhay na ito, at ang tiyaga at determinasyon
.ay sapat na upang makamit ito
Ang kaligayahan ay ang trono ng Diyos sa loob ng tao

* * *

Maraming tao ang nag-iisip na gising sila, ngunit hindi
naman pala
Karamihan sa kanila ay walang malay. Siguro ay narinig
mo na ang tungkol sa mga taong naglalakad habang
natutulog at sumisigaw ng "Sunog! Sunog!" o kaya naman
.ay nagsasalita at naglelecture
Karamihan sa mga tao ay ganoon. Siyempre, hindi ko
tinutukoy ang mga taong taos-pusong nagnanais na gisingin
ang kanilang kamalayan mula sa pagkakatulog ng
.espirituwal na kamangmangan
Kailangan nating magsumikap upang gisingin ang mga
taong ibinaon ang kanilang mga sarili sa ilalim ng mga guho
.ng maling pag-uugali at maling pamumuhay
Upang magawa iyan, kailangan muna nating buhayin
ang ating kamalayan mula sa mga katakumba ng
.kamangmangan patungo sa liwanag ng banal na kaalaman

* * *

Ang pagkakaibigan ay pag-ibig ng Diyos na
nagniningning mula sa mga mata ng ating mga minamahal,
at ito ang Kanyang panawagan para sa atin na bumalik sa
makalangit na tahanan upang matikman ang tamis ng
.walang hanggang pagsasama sa pangkalahatang pag-ibig
Ang pagkakaibigan ay isang sagradong tinig na
nananawagan sa mga kaluluwa na lumaya mula sa
kamalayan ng ego at pagkamakasari na naghihiwalay sa
.atin mula sa Diyos at sa sangkatauhan
Ang tunay na pagkakaibigan ay isang pinagpalang
ugnayan sa pagitan ng mga may malay na kaluluwa na, sa
pamamagitan ng kanilang pagkakaibigan, ay nagpapakita ng

dalisay na pag-ibig ng Diyos at ng mga sagradong katangian
.ng kosmikong espiritu

Ang tunay na pagkakaibigan ay malawak at sumasaklaw

Ang makasariling pagkahumaling sa isang partikular na
tao nang hindi isinasama ang iba ay isang malaking hadlang
sa pagkakaibigan

Dapat palawakin ang mga hangganan ng pag-ibig upang
maisama ang pamilya, mga kapitbahay, at ang buong
mundo

Ang kaibigang pandaigdigan ay malawak ang pag-iisip,
nagmamahal sa mga nilalang ng Diyos, at bukas-palad na
nagpapalaganap ng kanyang pagmamahal saanman siya
.magpunta at saanman siya lumigon

Ang mga marangal na prinsipyong ito ay isinabuhay at
itinaguyod ng lahat ng mga dakilang tao

Ang pagmamahal sa pamilya ang unang pagsasanay
para sa paglalatatag ng pundasyon ng espirituwal na
pagkakaibigan

Ang iisang dugo ay dumadaloy sa mga ugat ng lahat ng
tao ng lahat ng lahi

Bagama't tayo ay may iba't ibang nasyonalidad at
etnisidad, tayo ay pinag-iisa ng mga pandaigdigang ugnayan
.dahil sa ating pag-aari sa iisang banal na pinagmulan

* * *

Ang kaluluwa ay hindi maaaring makulong sa likod ng
mga gawang-taong rehas dahil ito ay unibersal sa
.pinagmulan at unibersal sa pag-aari

* * *

Kung gusto man nating masiyahan sa buhay, ang
tamang panahon ay ngayon, hindi bukas o sa susunod na
taon

Ang pinakamahusay na paghahanda para sa mas
magandang buhay sa susunod na taon ay isang maayos,
.balanse, at masayang buhay ngayong taon

Ang buhay sa hinaharap (sa kabilang buhay) na puno ng
kagalakan at kasiyahan ay nakasalalay sa ating
pamumuhay, sa ating paraan ng pag-iisip, at kung paano
.tayo kumikilos at kumikilos sa buhay na ito
Ngayon ang dapat maging pinakamahalaga at
pinakamakahulugang araw ng ating buhay

* * *

Ang meditasyon ay ang kasangkapan kung saan
natatanggal ang mga patong na tumatakip at nagtatakip sa
mukha ng kamalayan, at sa pamamagitan nito ay sumisibol
.ang patuloy na umaagos na bukal ng banal na kagalakan
Ang meditasyon at ganap na pagpapahinga, o ang
sinasadyang pag-alis ng kaisipan mula sa nalilitong mga
pandama, ay ang tunay at epektibong paraan upang
makilala ang Diyos. Kung magagawa natin ang lahat maliban
sa pagmumuni-muni, hindi tayo makakatagpo ng kagalakang
katumbas ng kagalakang dumarating kapag ang mga
kaisipan ay tahimik (dito ay katahimikan mula sa iyong
Panginoon) at naaayon sa banal na kapayapaan
.(Kapayapaan ang iniwan ko para sa iyo)

Ang banal na kaligayahang ito ay maaaring maranasan
sa pamamagitan ng paggamit ng tamang paraan ng
.konsentrasyon at meditasyon

* * *

Kung hahanapin mo ang pinto sa kisame ng iyong silid,
hindi mo ito makikita kahit na maghanap ka pa nang
maraming taon maliban kung gagamit ka ng tamang paraan
.ng paghahanap at titingnan ang dingding

* * *

Darating ang araw na magpapaalam ako sa mundong
ito, ngunit habang ako'y nabubuhay pa rito sa mundong ito,
ang pinakamalaking kagalakan ko ay ang pagsasalita
tungkol sa mga kababalaghan ng Diyos sa mga nagtitiwala
sa akin, at ang aking hangarin ay ang pagpaparami ng

kanilang pananabik para sa banal na liwanag na nagbigay sa
.akin ng di-mailarawang ginhawa, kalayaan, at seguridad

* * *

Ang kasaysayan ng sansinukob, sa lahat ng maliliit na
detalye nito, ay napanatili sa mga kublihan ng kawalang-
hanggan—iyon ay isa pang dimensyon Dito sa limitadong
mundong ito, nauunawaan natin ang haba, lapad, kapal, at
taas, ngunit may isa pang antas kung saan ang mga
dimensyong ito ay hindi umiiral. Lahat ay malinaw sa
ethereal na antas na iyon; lahat ay kamalayan at kamalayan.
Ang panlasa ay isang sensasyon, gayundin ang pang-amoy.
Ang ating mga damdamin, kaisipan, at katawan ay pawang
kamalayan. At tulad ng ating nakikita, naririnig, naaamoy,
nalalasaan, at nahahawakan sa mga panaginip, gayundin
natin mararanasan ang lahat ng mga sensasyong ito nang
may dalisay at malinaw na kamalayan o pakiramdam sa mas
.matataas na kaharian

Ito mismo ang nakikita ko ngayon habang nagsasalita
ako. Wala ako sa katawang ito, bagkus ako ay bahagi ng
lahat ng umiiral. At ang mga bagay na nakikita ko ay kasing
.totoo sa akin tulad ng katotohanan mo sa akin
Kailangang magising ang isang tao upang makita ang
Diyos sa lahat ng dako at malaman ang pagkakaiba ng
.panaginip at katotohanan

Madalas kong nakikita ang kawalang-hanggan sa lugar
kung nasaan ako, at nakikita ko ang lugar na iyon sa
kawalang-hanggan. Lahat ay humihiram ng buhay mula sa
.walang hanggang bukal na iyon

Noong bata pa ako, nakaupo ako at nananalangin araw
at gabi, ngunit walang sagot o tagatugon
Sa isang banda ay nakita ko ang sangkatauhan, at sa
kabilang banda ay ang kawalang-hanggan na hindi
.nagsasalita sa akin

Kahit akala ko'y nag-iisa ako at iniwan na ako ng lahat,
hindi ako pinabayaan ng Diyos dahil lagi Siyang nandiyan

kasama ko nang palihim, sa likod ng aking mga iniisip at
.nararamdaman

At nang makita ko ang liwanag sa loob ko, ang aking
kaluluwa ay mahiwagang napuno ng pinagpalang banal na
halimuyak

Nakikita ko ang mga ugat ng mga puno at ang dagta na
dumadaloy sa mga ito, at naramdaman kong malapit ako sa
Diyos na nagbigay sa akin ng ginhawa at nagpakalma sa
.aking puso

Paulit-ulit akong nanalangin at nananawagan, araw at
gabi, at nang mawalan ng kinang at kahulugan ang mga
bagay-bagay para sa akin, tinalikuran ko ang mundo at ang
lahat ng narito, kasama na ang kaligayahan, dahil sa takot
na baka ito ay maging materyal na kaligayahan, at
.natagpuan ko ang Diyos na kasama ko ngayon palagi
Maaaring iwan ako ng mundo, ngunit hindi ako
pababayaang ng Diyos kahit isang saglit

Ang Diyos ang lahat. Ang bulwagang ito at ang
sansinukob sa paligid nito ay lumulutang na parang mga
.gumagalaw na imahe sa kurtina ng aking kamalayan
Tumingin ako at wala akong nakikita kundi ang dalisay
na espiritu, ang malinaw na liwanag, at ang banayad na
kamalayan

Ang katawan ko, ang mga katawan mo, at lahat ng
bagay sa mundo ay mga sinag mula sa iisang banal na
liwanag na iyon. Kapag nakita ko ang liwanag na iyon, wala
.na akong ibang nakikita

Kapag tiningnan mo ang screen, makikita mo ang mga
gumagalaw na imahe, ngunit kapag lumingon ka pabalik (sa
isang tradisyonal na sinehan), makikita mo lamang ang
isang sinag ng liwanag na tumatama sa screen. Parang hindi
.kapani-paniwala, ngunit totoo

Dati akong nagsasalita tungkol sa mga bagay na ito,
ngunit ngayon ay hindi na ako nagsasalita sa mga taong
walang pakialam o walang pakialam. Ngunit pinayagan ako

ng Diyos na makipag-usap sa inyo sa pagkakataong ito.
Lahat ay panandalian. Ipagdasal ang mga bagay na walang
.hanggan
* * *

Dahil tayo ay ipinanganak sa mundong ito kung saan
hindi natin alam kung saan nagmula, natural lamang sa atin
.na magtaka tungkol sa pinagmulan at layunin ng buhay
Naririnig natin ang tungkol sa isang lumikha ng
mundong ito, nababasa natin ang tungkol sa kanya, at
ipinapahayag ng buong sansinukob ang pagkakaroon ng
.kanyang banal na pag-iisip
Kung paanong ang maliliit at tumpak na mga bahagi at
aparato ng isang maliit na relo ay nagpapahanga sa atin sa
gumagawa ng relo

Kung paanong ang malalaki at masalimuot na mga
makinarya ng pabrika ay humahanga sa atin at pumupukaw
ng paghanga sa kanilang imbentor, gayundin kapag nakikita
natin ang mga kababalaghan ng kalikasan, tayo ay
namamangha sa katalinuhang nakatago sa likod ng mga ito,
:at tayo ay nagtataka

Sino ang nagbigay sa bulaklak ng matingskad at"

"?nakaharap sa araw na hugis nito
Saan nagmula ang bango at kagandahan nito? At paano
nabuo ang mga talulot nito nang may ganitong katangi-
tanging katumpakan at tinina ng ganitong kahanga-hanga at
?masayang mga kulay
* * *

Nararamdaman kita sa kaibuturan ng aking mga iniisip,
nararamdaman ko ang iyong presensya sa aking
pinakamalalim na damdamin, at nakikita kitang
.namumulaklak sa hardin ng aking pag-ibig
Punuin mo ako ng bango ng iyong presensya, upang
aking masiyahan sa iyong pinagpalang aroma
Halika sa akin mula sa kabila ng kalangitan, mga bituin,
mga iniisip, at mga damdamin. Ipakita mo sa akin ang iyong

pinakabanal na mukha at hayaan mong madama ko ang
iyong presensya sa aking kaluluwa, sa aking paligid, at sa
.lahat ng dako

Hinanap kita sa lahat ng panahon, sa mga landas ng
mga hangarin at ambisyon, at ngayon ay napagtanto ko na
ikaw ay nananahan sa aking kaluluwa at nagbibigay-
.inspirasyon sa aking pinakabanal na damdamin
Huwag ka nang magtago sa akin sa likod ng mga
bulaklak ng damdamin, kaisipan, at pintig ng kaluluwa
Palamutihan mo ang aking kaluluwa ng mga hiyas ng
iyong karunungan, at hingan mo ako ng mga simoy ng Iyong
kaligayahan, at alisin mo sa akin ang kadiliman na nagtakip
.sa Iyo mula sa aking paningin at pang-unawa

O Ikaw na nasa kabila ng mga bituin at bughaw na
langit, at lampas sa mga patong ng atmospera at lahat ng
nilalang at pag-iral, tanggapin mo ang mga bulong ng aking
pag-ibig at ilubog ang aking pagkatao sa Iyong pag-ibig, sa
.Iyong liwanag at sa Iyong kapayapaan

* * *

Kung kahit katiting na pagmamahal ay mararamdaman
mo, mararanasan mo ang isang di-mapaliwanag at labis na
.kagalakan na hindi mo kayang pigilan
Para maging mahirap para sa iyo na pigilan ito
Kapag tayo ay naaayon sa Diyos, ang ating pananaw ay
nagiging walang hanggan at sumasama sa kailaliman ng
.karagatan ng kabuuang pag-iral
Nararanasan natin ang dakilang kagalakan at ang
sukdulang banal na pag-ibig

* * *

Ang ilang mga tao ay nahuhumaling sa pagbabasa ng
mga nobelang trahedya at itinuturing ang mga ito na
kanilang paboritong babasahin, at nadarama na patuloy nila
itong masisiyahan hanggang sa katapusan ng kanilang
.buhay

Ngunit kung susuriin nila ang kanilang mga sarili,
matutuklasan nila na madalas silang nalulumbay at naiirita
.dahil sa patuloy na pagbabasa ng ganoong uri ng babasahin
Dahil sa depresyong ito, maaaring naisin nilang putulin
ang ugali na iyon at sa halip ay ugaliing magbasa ng mga
libro at mga espirituwal na materyal na nagbibigay-
inspirasyon sa kanilang mga kaisipan at nagpapalusog sa
kanilang mga damdamin gamit ang mga mahusay at
.kahanga-hangang ideya

Kung gagawin nila ang pagbabagong iyon, matutuklasan
nila na ang kanilang buhay ay nagkaroon ng isang kahanga-
hangang bagong landas salamat sa malay na pag-unawa at
.matibay na determinasyon

Totoo na kaya nating baguhin ang ating mga sarili nang
napakabilis kung gugustuhin natin, ngunit ang pagbabago
ng mga gawi at gawi sa paglipas ng mga taon ay
nangangailangan ng tunay na pagsisikap at matibay na
.kalooban

Upang maalis ang isang luma at malalim na nakaugat
na ugali, ang lahat ng puwersa ng determinasyon ay dapat
paganahin sa kabaligtaran na direksyon hanggang sa ang
masamang ugali ay ma-neutralize at ang kapangyarihan nito
.ay maparalisa

Karamihan sa mga tao ay kulang sa pasensya at
pagtitiis na kinakailangan para dito. Ngunit dapat
mapagtanto ng isa na ang anumang nilikha o nagawa ng
.isang tao ay maaaring burahin o alisin

* * *

Talikuran natin ang mga hangganan ng ego at gumala
sa malawak at malalawak na parang ng espirituwal na pag-
unlad

At tulad ng karaban ng panahon, na laging naglalakbay
sa mga landas ng buhay, gayundin dapat maglakbay ang
karaban ng kaluluwa sa mga landas ng pinakamalaking
.paglawak patungo sa mga hangganan ng banal na espiritu

Ang diwa ng pagkukusa upang maisakatuparan ang
pinakamahalagang tungkulin sa buhay ay kadalasang
nananatiling nakabaon sa ilalim ng mga guho at kalat ng
.mga gawi ng tao

Dapat palayain ng isang tao ang kanyang sarili mula sa
nakapanghihina ng loob na impluwensya ng mga gawi na
iyon at simulang itanim ang mga binhi ng tagumpay na
.kanyang inaasam sa lupa ng kanyang buhay
Nagkakaroon ng halaga at kahalagahan ang buhay
kapag nagagawa natin ang pinakamabigat at
pinakamahalagang gawain: ang paghahanap ng tunay na
.kahulugan at halaga ng ating pag-iral

Dapat mapagtanto ng mga tao na ang mga gumagalaw
na kosmikong imaheng ito ng buhay ay hindi ipinapakita
.nang walang dahilan

Araw-araw ay nakakakita tayo ng mga bagong tanawin,
at bawat araw ay nagdadala ng mga bagong aral na dapat
nating matutunan sa pamamagitan ng pagtuon sa mas
mataas na layunin ng pag-iral ng tao: ang kilalanin ang
kataas-taasang nilalang na nakatago sa likod ng kurtina ng
.buhay

* * *

Sa Diyos ay matatagpuan mo ang pag-ibig ng lahat ng
puso, ang katuparan ng pananabik, at ang katuparan ng
mga hangarin. Lahat ng ibinibigay sa iyo ng mundo at
pagkatapos ay kinukuha, na nag-iiwan sa iyo sa
kalungkutan, sakit, o pagkabigo, ay matatagpuan mo sa
Diyos nang mas malawak at walang kasamang pagkabigo at
.pighati

* * *

May mga taong nagsasabing dapat lamang tayong
umasa sa katwiran. Ang iba naman ay naniniwala na dapat
nating bigyang-kasiyahan ang ating mga pandama.
.Parehong sukdulan ang dalawang posisyon

Ayon sa isang teorya, ipinapayong magpa-checkup nang regular upang matiyak ang kalusugan at kagalingan ng katawan, tulad ng pagpapa-inspeksyon ng iyong sasakyan paminsan-minsan. May katuturan ito. Ngunit ang mga tao ay hindi makina. Kung ang iyong kalusugang pangkaisipan ay nakasalalay sa iyong pisikal na kondisyon, sa malao't madali ang isip ay magiging alipin ng mga hinihingi ng katawan, na magiging dahilan upang hindi maging epektibo ang lahat ng uri at dami ng gamot at iba pang pisikal na paggamot. Ito ang nagpapaliwanag kung bakit tayo dumaranas ng mga sakit na walang lunas. Ang pisikal na kahinaan ay naging matatag dahil ang isip ay tumangging maging panginoon ng .katawan

Pinakamainam na magsimula sa katamtaman. Kung maliit lang ang sugat na iyong natamo, lagyan ng kaunting iodine, ngunit huwag umasa lamang sa gamot. Gumawa ng mga makatuwirang pag-iingat hanggang sa unti-unti kang .makaasa sa sentido komun

Ang mga dakilang guro mismo ay gumamit ng mga gamot na orihinal na gawa sa mga halamang gamot at kemikal na nilikha ng Diyos. Hindi kailangan ang mga gamot at droga para sa isang espirituwal na guro, ngunit upang maipakita na ang kapangyarihan ng Diyos ay gumagana sa hindi mabilang na paraan, maaaring minsan ay pipiliin Niyang gumamit ng .ilang mga medikal na paghahanda

Sa anumang kaso, ang tagumpay ay nakasalalay sa kapangyarihan ng isip. Kapag naabot mo ang matibay na paniniwala na kaya mong gawin nang walang anumang gamot nang walang anumang masamang epekto, magtatagumpay ka at makakamit mo ang kontrol sa iyong .katawan

* * *

Ang pagkakaibigang ibinibigay natin sa iba ay dapat magmula sa puso, at ang pagmamahal at kooperasyon ay

hindi dapat ipakita sa panlabas na anyo kung sa loob ay
.ipinahihiwatig nito ang kabaligtaran
Ang batas espirituwal ay lubos na tumpak at
makapangyarihan, at ang mga prinsipyong espirituwal ay
hindi dapat salungatin
Kaya naman, mahalagang huwag linlangin o pagtaksilan
ang mga kaibigan at huwag lumampas sa hangganan ng
.pagkakaibigan
Dapat ding malaman ng isang kaibigan kung kailan siya
dapat makipagtulungan sa kanyang kaibigan at kung kailan
niya dapat gamitin ang kanyang kalooban at pigilin ang
.pakikipagtulungan dito

* * *

Hindi nararamdaman ng ibabaw ng balat ang mga
sensasyong dulot ng paghipo; ang mga sensasyong iyon ay
aktwal na nararanasan sa utak, at ang isang tao ay hindi
makakatikim, makakahawak, makakaamoy, makakarinig, o
.makakakita maliban sa pamamagitan ng isip
Maaaring nakakaramdam tayo ng lasa sa ibabaw ng
ating dila, ngunit sa katotohanan, ang utak ang
nagrerehistro sa lasang iyon. Gayundin, kapag ang isang
bahagi ng katawan ay nasugatan, ang sakit ay pangunahing
.nararamdaman sa isip, hindi sa apektadong organ
Mayroon tayong dalawang mekanismo para
maramdaman ang sakit: ang nerve at ang brainstem.
Nangyayari ang sensasyon kapag pinapayagan ng utak ang
komunikasyon sa pagitan ng nerve at brainstem. Maliban
kung makilala ng utak ang sakit, wala itong nararamdamang
.sakit

Kapag ang isang tao ay nasa ilalim ng impluwensya ng
chloroform o anesthesia, hindi sila nakakaramdam ng sakit
dahil ang mga sensasyon ay hindi nakakarating sa utak. Sa
mga dulo ng nerve, may mga pinong buhok kung saan
naipapadala ang mga signal ng sakit sa utak. Pinipigilan ng
.anesthetic ang paghahatid ng mga signal ng sakit na ito

Ang utak ay ang pandama na organo ng isip, at lahat ng
sensasyon ng katawan ay ipinapadala sa isip sa
pamamagitan ng mga nerbiyos at ng utak mismo. Dahil ang
isip ay konektado sa utak, natatanggap at binibigyang-
.kahulugan nito ang mga sensasyong ito
Ang isang isipan na pinalakas ng positibong pag-iisip ay
hindi gaanong naaapektuhan ng mga sensasyon ng
kasiyahan at sakit. Alam nito ang mga sensasyong ito ngunit
.hindi nito nagagapos ng mga ito

* * *

:Mga Archive - Mula sa Kailaliman Hanggang sa Tuktok
Isang kwento ng tagumpay na isinalaysay ng pantas na
si Paramhansa Yogananda
Ito ay isang totoong kwento na isinalin tungkol sa isang)
taong patuloy na nabibigo, ngunit sa pamamagitan ng
pagsasanay ng malikhaing pag-iisip at positibong
pagpapatibay, kalaunan ay nagawa niyang malampasan ang
mga dahilan ng kanyang pagkabigo at nagawang gamitin
(ang tagumpay ayon sa kanyang kagustuhan
Kung paanong may mga taong likas na nagtatagumpay,
mayroon ding mga taong nabibigo dahil sa nakasanayan
Ang aking kaibigan at estudyante (S) ay isang bigo mula
pa noong siya ay ipinanganak. Totoo na siya ay isang
matalino, masipag, at sabik na batang kumita ng pera,
ngunit sa sandaling naisip niya ang isang trabaho o karera,
ang mga salik ng pagkabigo ay nakapalibot sa kanya mula
.pa sa simula
Isang araw, lumapit siya sa akin na walang dala, hinabol
ng mga nagpautang, iniwan ng mga kaibigan, at humihingi
.ng payo
Tinanong ko siya tungkol sa dahilan ng kanyang mga
:problema, at ang sabi niya
Ginoo, isa akong palpak. Sa hindi ko malamang"
dahilan, sa sandaling magsimula ako ng trabaho, nawawala
ito sa akin, at ang lugar na aking pinagtatrabahuhan ay

nasisira rin. Nawawalan ng negosyo ang employer pagkatapos akong kunin. Kaya naman, natatakot akong maghanap ng trabaho dahil sa takot na magambala ang interes ng mga employer na kukuha sa akin. Dahil sa aking pagbagsak at kawalan ng katatagan, sigurado akong mawawalan ako ng trabaho dahil ang kumpanyang kukuha sa akin ay magdedeklara ng pagkabangkarote at magsasara ng mga pinto nito, at tatanggalin ako bilang resulta. Kaya naman, wala akong karapatang maging sanhi ng pagkasira ng mga negosyo ng ibang tao dahil lamang sa aking ".koneksyon sa kanila

Nagawa kong makahanap siya ng trabaho sa isang maliit na kumpanya at hiniling ko sa kanya na ulitin ang sumusunod na pagpapatibay sa kanyang sarili tuwing gabi, :bago matulog at pagkagising

Araw-araw at araw-araw, ako ay nagiging mas"

".matagumpay sa aking larangan ng trabaho

Lumipas ang isang buwan, at binalaan ako ni (S):

"Ginoo, ang kompanyang iyong pinagtatrabahuhan ay nagiging hindi matatag at ang sitwasyon nito ay hindi maganda. Nakikiusap ako sa iyo na alisin mo ako rito bago pa ito tuluyang bumagsak, dahil mawawalan din ako ng trabaho kapag bumagsak ang kompanya. Ngunit ang aking pagbibitiw ngayon ay maaaring makaiwas sa kompanya sa hindi maiiwasan at nakakatakot na kapalaran dahil sa aking

".mga kapus-palad na pag-aalinlangan

Tumawa ako, hindi ko pinansin ang sinabi ni (S), at sa halip ay hiniling ko sa kanya na ipagpatuloy ang pagbibigay-diin sa kanyang punto at panatilihin ang kanyang trabaho. Pagkalipas ng ilang linggo, lumapit siya sa akin isang gabi at :bumuntong-hininga

"Ang kinatatakutan ko ay nangyari na nang eksakto"

"?Tinanong niya siya, "Anong nangyari

Aniya, "Bumagsak ang kompanya gaya ng sinabi ko sa

"iyo at gaya ng hinula ko

Sabi ko sa kanya, na nagpoprotesta: "Hindi ba't totoo na noong tinitiyak mo sa iyong sarili na, 'Araw-araw at araw-araw ay lalo akong nagiging matagumpay sa aking larangan ng trabaho' ay inuulit mo ang mga salitang iyon na parang loro? At ang isang pugita ng pagdududa ay patuloy na kumakapit sa mga tupi ng iyong utak kaya't sinasabi mo sa iyong sarili: 'Hangal ka, lumalala pa ang iyong sitwasyon'!" kahit gaano mo pa pilitin ang iyong sarili na magtagumpay

"Sumagot siya: "Oo, iyon nga ang talagang nangyayari

Pinayuhan ni (S) na alisin ang mga vibrations at mabibigat na negatibong kaisipan sa sandaling lumitaw ang mga ito sa kanyang isipan, lalo na sa pag-uulit ng positibong pagpapatibay, dahil ang malay na pag-iisip na may matibay na paniniwala ay maaaring makaimpluwensya sa subconscious o unconscious mind, na siya namang, sa pamamagitan ng batas ng magnetic resonance, ay nakakaapekto sa malay na pag-iisip sa pamamagitan ng .kapangyarihan ng ugali

Dagdag ko pa: "Ang madalas na pagpapatibay ng mga positibong kaisipan at gawi hanggang sa ang mga ito ay tumagos at mag-ugat sa subconscious mind ay sapat na upang maalis ang minana o nakuha na subconscious mental barriers. Walang paraan upang magtagumpay hangga't ang mga kaisipan at damdamin ng panghihina ng loob at pagkabigo ay nakatanim sa conscious o subconscious mind.

Kabilang sa mga kondisyon para sa tagumpay ay ang pagkakaroon ng malikhaing kakayahan, kanais-nais na mga pangyayari, at likas na mga tendensiya. Kung naaabot mo ang mas mataas na kamalayan gamit ang walang limitasyong mga kakayahan nito, maaari kang lumikha ng mga bagong pagkakataon para sa tagumpay na iyon na ".malayo pa rin sa iyo at hindi mo kayang abutin

At natulungan ko si (S) na makakuha ng ibang trabaho, mas malaki kaysa sa una. Ngunit pagkatapos ng anim na buwan (na siyang pinakamahabang panahon na ginugol ng

aming kaibigan sa pagtatrabaho), sinabi niya sa akin isang hapon: "Mabilis na lumalala ang sitwasyon ng kumpanya, "kaya't pakitanggal ako agad
Hindi ko pinansin ang kanyang mga alalahanin, sa halip ay hiniling ko sa kanya na ipagpatuloy ang kanyang trabaho. Pagkalipas ng ilang linggo, nakangiting sinabi sa akin ni (S): "Ang pangalawang trabahong inayos mo para sa akin, ginoo, "ay nauwi sa wala
Mahinahon kong sinabi, "Huwag kang mag-alala, "hahanap ako ng ibang trabaho para sa iyo
Sumagot siya: "Ginoo, basta't kayo ang magtatagumpay sa pagpapabagsak ng isa pang kompanya dahil sa aking ".pakikisalamuha sa mga may-ari nito, wala akong tutol
Sa pamamagitan ng patuloy na pagsisikap, nakahanap ako ng napakagandang trabaho para kay (S) sa isang malaking kumpanya. Lumipas ang isang taon at walang nangyari, bagama't sinubukan ni (S) na umalis sa kumpanya linggo-linggo dahil sa takot na masira ito tulad ng mga .nauna
Sa wakas, hiniling ko sa kanya na ipuhunan ang kanyang pera sa sarili niyang negosyo, at natakot siya at tinitigan ako nang may pagkamangha, na nagsasabing: "Ito ba ang ipinapayo mo sa akin? Hindi mo ba iniisip na mawawala sa akin ang perang pinaghirapan kong naipon
"?kung ipuhunan ko ito
Buong kumpiyansa niyang tiniyak sa kanya: "Dapat mong ipuhunan ang iyong pera at lakas sa isang magandang proyekto, tulad ng isang lokal na catering center na hindi nangangailangan ng malaking puhunan, at tiwala ako sa "iyong tagumpay
Sa loob ng ilang taon, si (S) ay naging may-ari ng maraming ari-arian at malalaking bodega
Nang makumbinsi siya sa kanyang tagumpay, natagpuan niya ang kanyang sarili na matagumpay sa lahat ng kanyang ginagawa. Isang araw, natatawang sinabi niya

sa akin: "Salamat sa Diyos at sa iyong tulong, ako ay nagbago mula sa isang pagkabigo patungo sa isang matagumpay na tao. Nalampasan ko ang pagkabigo at napagtanto ko na ang aking patuloy na pagkabigo ay dahil nga sa kakulangan ng pag-unawa sa aking tungkulin. Ngunit hindi ko alam kung paano ako nagtagumpay matapos kong sirain ang gawain ng iba dahil sa aking mga pagkabigong ".pag-uurong-sulong

Kaya ipinaliwanag ko sa kanya: "Hindi ikaw ang sanhi ng pagkawasak ng mga interes na iyong pinagtatrabahuhan. Ang batas ng atraksyon na namamahala sa mga tao, batay sa magkakatulad na mga vibration, ay gumagana nang negatibo o positibo (ang katulad ay umaakit ng katulad) Ang iyong likas na kapintasan ay nagtulak sa iyo sa mga kumpanyang malapit nang bumagsak, at gayundin sa mga kumpanyang iyon. Kaya, isa kang bigo, at ang mga kumpanyang iyon ay nasa bingit din ng pagbagsak. Ayon sa batas ng mutual attraction, kayo ng mga kumpanyang iyon ay sabay na bumagsak sa burol ng pagkabigo at bumagsak .sa mga bato

Ang aral ng kuwentong ito ay ang tunay na tagumpay ay nakasalalay sa paglikha ng kailangan ng isang tao sa pamamagitan ng lakas ng loob sa pamamagitan ng paggising sa walang limitasyong kapangyarihan ng mas mataas na kamalayan. Ang kapangyarihang ito ay maaaring magising sa pamamagitan ng pag-aaral ng tamang paraan ng pagmumuni-muni at pag-iisip nang positibo at malikhain upang makamit ang kalusugan, tagumpay, karunungan, at .kaligayahan

* * *

Bintana ng liwanag

Noong unang panahon, mayroon akong lihim na flashlight at maingat akong naglakad sa katahimikan ng .panloob na kadiliman

At nang magpadala ako ng nakatagong sinag sa dilim,
nakita ko ang maliliit na isda ng mga ideyang nagbibigay-
.inspirasyon na isiniwalat ng kumikislap na liwanag
Ginamit ko ang mga isdang iyon bilang pain para mahuli
ang mga isda ng aking mas mataas na kamalayan, ngunit
marami sa kanila ang nakatakas at naglaho sa likod ng maliit
.na bilog ng liwanag

At mula sa iyong mga tapat at tapat na tagasunod,
mayaman sa mga awiting pilak at ginintuang pangarap, binili
ko gamit ang pera ng pag-ibig ang isang makinang na
lambat ng mga damdamin ng kaluluwa at pinag-ugnay ang
mga ito. Tinangay ko ang karagatan ng iyong karunungan at
nakahuli ng maliliit na isda at mga kawan ng masasayang
damdamin at mahahalagang hiyas ng mga sagradong alaala
na matagal ko nang nawala at pinalampas, at nakamit ko rin
.ang hindi mapapantayan ng mga kayamanan ng mundo

* * *

Sa mundong ito, tila tayo'y nalulubog sa dagat ng
kahirapan

Sinusubok tayo ng Diyos sa maraming paraan,
ipinapakita Niya sa atin ang ating mga kahinaan upang
.makilala natin ang mga ito at gawing kalakasan
Kung minsan ay nagpapadala Siya sa atin ng mga
matinding pagsubok na tila higit pa sa ating kakayahang
:tiisin, ngunit sinasabi ng matalinong disipulo
Gusto kita, Panginoon, at walang makakahadlang sa"
aking paghahanap sa Iyo. Ang mga panalangin ng aking
:puso ay

Huwag mo akong subukin sa pamamagitan ng paglimot"

".sa iyong presensya at pagkalimot sa iyong pagbanggit
Pagkatapos ay darating ang Diyos at gigisingin tayo
mula sa nakakagambalang panaginip na ito, at ang bawat
naghahanap ay malaon man o madali ay tatanggap ng
.kahanga-hangang pagsubok na iyon

* * *

Ang isang tao ay maaaring magbigay sa kanyang sarili
ng mga positibong mungkahi na positibong makakaapekto
sa kanyang subconscious mind, na siya namang
.makakaapekto sa kanyang conscious mind
Ang mga negatibong mungkahi, gawa man ito ng sarili o
mula sa ibang tao, ay nakakapinsala sa utak at dapat
.iwasan

May mga madilim na espiritu (multo) na gumagala sa
kalawakan upang maghanap ng mga isip at katawan na
magagamit nila upang makamit ang kanilang mga hangarin
.at layunin
Samakatuwid, dapat maging maingat sa pangingibabaw
ng mga ganitong espiritu sa pamamagitan ng
pagpapanatiling abala ng isip sa mga positibo at mabubuting
.kaisipan

Hindi dapat iwang walang laman ang isip. Siyempre, iba
ito sa paghahanda ng isip upang makatanggap ng mga
inspirasyon at mas matataas na vibrations habang
.nagmumuni-muni

* * *

Kapag ang pera ay itinuturing na sukatan ng
kaligayahan, nagdudulot ito ng kalungkutan, dahil lumilikha
ito ng inggit, kasakiman, at alitan sa mga miyembro ng
.iisang pamilya

Mas magiging maayos sana ang buhay para sa lahat
kung ito ay mas simple. Kaya naman hinihikayat ng mga
.guro ang isang mas simpleng buhay
Kung maaari, ipinapayong lumayo sa malalaking
lungsod, dahil ang mga naninirahan sa lungsod ay
kadalasang napapalibutan ng ingay, habang ang isang tao
ay nakakaramdam ng mas malaya at mas masigla sa mas
.maliliit na komunidad

Sa kasamaang palad, maraming taga-lungsod ang hindi
nagsusumikap na linangin at pangalagaan ang kanilang mga
espirituwal na hilig, at ang ilan ay nagiging makitid ang pag-

iisip at namumuhay nang halos mekanikal. Gayunpaman,
may mga taong kayang pagtugmain ang buhay sa lungsod
.at ang espirituwalidad kung gugustuhin nila
Maliban na lang kung isasama ng isang tao ang Diyos sa
kanilang buhay at lumikha ng epektibong balanse, darating
ang mga problema sa kanila anuman ang kanilang
.pamumuhay

* * *

Ang isang tao ay maaaring magkaroon ng kaligayahan
sa isang maliit na kubo, at maaaring maging biktima ng pag-
.aalala at paghihirap kahit na sa isang marangyang palasyo
Ang labis na karangyaan at pagpapakasasa sa mga
materyal na luho ay kadalasang nagtatatag ng kaligayahan
.sa kaluluwa sa halip na dalhin ito
Sinumang umaasa sa pagtupad sa kanyang mga
hangarin para sa kanyang kaligayahan ay hindi makakamit
ang kaligayahang iyon, dahil ang kaligayahan sa kasong ito
ay nakasalalay sa isang bagay na inaasahan niyang makamit
.sa hinaharap
Nilalandi niya ang kaligayahan at sinusubukang makuha
ito nang hindi man lang nakakamit, parang isang taong
humahabol sa isang malikmatang tubig sa disyerto

* * *

Ang sapat na tulog ay nakakatulong upang mabigyan
ang katawan ng enerhiya, habang ang labis na tulog ay
nakakapagod sa katawan hanggang sa punto na ayaw nang
magtrabaho ng isang tao buong araw, sa halip ay napipilitan
.na lamang siyang magtrabaho
Ang isang paraan upang mawala ang pagkapagod ay sa
pamamagitan ng pagbibigay ng oxygen sa katawan, ibig
.sabihin, sa pamamagitan ng pagbibigay dito ng oxygen
Kapag nakaramdam ka ng pagod, sa halip na pumunta
sa kusina para magmeryenda, lumabas nang sampu o

labinlimang minuto at huminga nang malalim, huminga nang
.palabas at huminga nang malalim
Ulitin ito nang ilang beses. Huwag huminga nang mabilis
o malakas, sa halip ay huminga nang komportable, mabagal,
at malalim. Pagkatapos ng oras na ito na ginugol sa bukas
na hangin, makakaramdam ka ng enerhiya at matutuklasan
.mong nawala na ang pagkapagod

* * *

Hardin ng Buhay

Gagamitin ko ang lahat ng kapangyarihang ibinigay sa
akin ng Diyos sa wasto at kapaki-pakinabang na paraan
Tutulungan ako ng Diyos kung tutulungan ko ang aking
sarili, mananalangin sa Kanya na koronahan ng tagumpay
ang aking mga pagsisikap

Tinakpan at ibinaon ko ang kabiguan sa libingan ng
kahapon. Ngayon ay aararin ko ang hardin ng aking buhay
gamit ang aking bagong malikhaing pagsisikap, at itatanim
ko sa lupa nito ang mga buto ng karunungan, kalusugan,
.kasaganaan, at kaligayahan

Didiligan ko ang mga buto ng tubig ng
pananampalataya sa Diyos at tiwala sa sarili, at maghihintay
ako sa Mapagbigay na magbibigay sa akin ng masaganang
.ani

Kahit hindi ako umani ng bunga, magpapasalamat pa rin
ako sa kasiyahang natamo ko mula sa pagsisikap ko
Magpapasalamat ako sa Diyos na kaya kong sumubok
nang paulit-ulit hanggang sa magtagumpay ako sa tulong
Niya, at magpapasalamat ako sa Kanya sa pagtupad sa
.aking pinakamamahal at marangal na mga hangarin

* * *

Maliban kung ang mga kalalakihan at kababaihan ay
magkaintindihan sa kalikasan ng isa't isa, pahihirapan nila
.ang isa't isa nang may matinding sakit sa pag-iisip

Dapat gawin ng bawat isa sa kanila ang kanilang
makakaya upang lumikha ng balanse sa pagitan ng katwiran
.at emosyon upang sila ay maging isang mahusay na tao
* * *

Binigyan ang mga tao ng pandama upang protektahan
ang katawan. Kung walang pandama, ang isang tao ay
maaaring magdusa ng malubhang pinsala o paso nang hindi
.namamalayan

Hindi pa nalilinang ng mga hayop ang kakayahang ito
na taglay ng mga tao, kaya naman mas kaunti ang kanilang
pakiramdam ng sakit; kung hindi, ang kalupitang idinulot sa
kanila sa pamamagitan ng ilang pamamaraan ng pagpatay
at pagkatay ay magiging hindi matiis. Isang alimango ang
!itinatapon sa kumukulong tubig, habang buhay
Dahil ang sakit at kasiyahan ay parehong likha ng isip,
ang pisikal na sakit ay maaaring maibsan sa pamamagitan
ng pagsasanay sa pagkontrol ng isip. Kung gayon, ang isang
tao ay maaaring makaranas ng isang sensasyon bilang isang
indikasyon ng isang abnormal na kondisyon, nang hindi
.nakakaramdam ng sakit

Ang pagiging sobrang sensitibo sa kasiyahan o sakit ay
nagpapalakas ng kanilang epekto, habang ang nabawasang
sensitibidad ay nagpapababa ng epekto ng sakit sa isang tao
at nagpapababa ng pagiging masunurin at alipin ng mga
.pandama na kasiyahan

Sinanay ko ang aking katawan at isipan na maging hindi
gaanong sensitibo sa mga stimuli, at natagpuan ko ang
aking sarili na malaya mula sa mga pang-abala ng pandama.
Ang pagsasanay na ito ang landas tungo sa paglaya mula sa
pagkakahawak ng mga pandama at sa kanilang walang
.katapusang mga hinihingi

Isa sa mga doktor ang nagtataglay ng napakalakas na
pag-iisip kaya nagawa niyang magsagawa ng isang
!mapanganib na operasyon sa kanyang sarili

Siyempre, imposible ito para sa isang isip na inaalipin ng mga pisikal na kalakip. Ngunit sa pamamagitan ng pagsasanay, ang isip ay maaaring maging makapangyarihan at kakila-kilabot. Habang mas sinasanay at pinopino ng isang .tao ang kanilang isip, mas makokontrol nila ito

Ang isang batang pinalayaw o pinalayaw ay labis na nababagabag kahit sa pinakamaliit na pinsala, habang ang isang batang sinanay sa pagtitiis at katatagan ay bihirang umurong o umatras sa sakit sa harap ng malulubhang .pinsala

Mga pulso mula sa kaibuturan ng kaluluwa

Guro: Paramhansa Yogananda

Pagsasalin: Mahmoud Abbas Masoud

O walang hanggang katahimikan

Protektahan ako mula sa mga bugso ng matinding galit na yumayanig sa aking mga nerbiyos at nagpapaalab sa aking mga selula ng utak

Hayaan mong talikuran ko ang ugali ng galit, na nagdudulot ng kalungkutan sa akin at sa aking mga kaibigan.

Panginoon, huwag mo po akong hayaang magpakasasa sa makasariling panghihikayat na maglalayo sa akin sa pagmamahal ng aking mga mahal sa buhay.

Huwag ko sanang dagdagan ang aking galit at hinanakit sa pamamagitan ng sadyang pagbibigay sa kanila ng lahat ng bagay na nagpapataas ng kanilang tindi.

O Panginoon ng banal na katahimikan, kapag ako'y nilalamon ng poot at galit, ilagay mo sa harap ko ang salamin ng pagsaway, kung saan makikita ko ang aking

kapangitan, na bunga ng nakakasakal at nagngangalit na emosyon!

Ayokong magmukhang pangit sa harap ng iba, na may mukha na nababalutan ng matinding galit.

Lulutasin ko ang mga kahirapan sa buhay gamit ang mga iniisip at kilos ng pagmamahal, hindi ng poot at hinanakit

Basbasan Mo ako upang mapagaling ko ang mga sugat ng galit sa aking kalooban gamit ang balsamo ng paggalang sa sarili, at mapagaling ang mga sugat ng galit sa iba gamit ang balsamo ng kahinahunan, kabaitan, at katahimikan.

Pagpapanumbalik ng Transparency

Nawa'y ang mga sinag ng Iyong pag-ibig, O Panginoon, ay pantay na sumikat sa lahat ng miyembro ng Iyong kosmikong pamilya nang walang pagbubukod.

Nawalan na ng katapatan ang sangkatauhan, naging mabagal sa pag-unawa, hindi matanggap ang iyong liwanag, at ito'y sa sarili nitong kasalanan. Tulungan mo kaming pawiin ang hamog ng kamalian mula sa salamin ng aming tunay na pag-unawa.

Ang aming espirituwal na resistensya ay mahina at mahina, kaya't ipadala Mo, O Panginoon, ang Iyong lakas sa aming mga sangkap upang aming mapawi ang makapal at madilim na singaw na bumabalot sa aming transparency at pumigil sa malayang daloy ng Iyong nakapagpapagaling na liwanag.

Oh, kung maaari lamang tayong maging malinaw, maliwanag na salamin na sumasalamin sa iyong dalisay at maliwanag na imahe!

Hayaan mong hanapin ko ang aking sarili sa piling ng lahat

Ipaunawa mo sa akin na kung wala ang iyong biyaya at karunungan, maaaring ako ay naging pilay, ketongin, o bulag. At kahit na iyon ang nararapat sa akin, hinangad ko ang paggaling at hinanap ito nang may sigasig.

Mahal na Ina, kapag nakakakita ako ng mga taong may kapansanan sa katawan o nabibigatan sa kalungkutan, hayaan mong maramdaman ko na ang iyong espiritu ang siyang nagdurusa sa kanilang mga katawan at kaluluwa.

Pagpalain mo ako upang madama ko ang damdamin ng lahat ng aking mga kapatid, at upang magsikap akong palayain sila mula sa kanilang paghihirap tulad ng pagsisikap kong palayain ang aking sarili.

Habang ako'y nananabik, nahihirapan, umiiyak, at ngumingiti para sa iba, kailangan kong matagpuan ang aking sarili sa bawat isa

Maging tanglaw ng aking karunungan

Kung ang bangka ng aking isipan ay lumalapit sa mapanganib na mga bato ng sakim na mga pagnanasa, na itinutulak ng mga bagyo ng kamangmangan, bigyan mo ako ng babala, O ikaw na siyang tanglaw ng banal na karunungan.

Patuloy kong hinahanap ang mga dalampasigan ng iyong katuwiran at ang ligtas na kanlungan ng iyong seguridad!

mga mala-anghel na himig

Ang mahiwagang setro ng pagmumuni-muni ay humipo sa lahat ng tunog at binago ang mga ito tungo sa orihinal na

tunog ni Om na nagmamadali sa mga landas ng mga bituin,
sa buong mundo at sa gitna ng mga tubig.

O Espiritu, ihayag mo ang iyong sarili sa akin gamit ang
tinig ni Om: ang panawagan ng sansinukob sa pagsamba at
pagmumuni-muni

Ang lahat ng mga tisyu ng aking katawan at lahat ng
mga kable ng aking mga nerbiyos ay magkakasuwato na
umaawit ng mala-anghel na himig ng Om

Araw-araw na panalangin para sa banal na patnubay

Panginoon, gagamitin ko ang aking kalooban at gagawa
nang tapat at taos-puso, ngunit ituturo ko ang aking
pananaw, kalooban, at mga kilos sa tamang direksyon upang
magawa ko ang lahat ng dapat kong gawin.

Ang bango ng paggalang

Lumalapit ako sa iyo nang nakahawak ang mga kamay,
nakayukong ulo, at pusong puno ng halimuyak ng paggalang

Mula sa puso ng mga sumasamba sa iyo, hinugot ko ang
diwa ng mabangong pananabik at hinaluan ito ng mga
hamog na patak mula sa aking mga mata.

Gamit ang banal na tubig na iyan ay huhugasan ko ang
iyong mga kulay rosas na paa

Ikaw ang aking ama at ina, at ako ang iyong anak

Ikaw ang gabay na tagapayo na ang mga salita ay aking
pinakikinggan at ang mga utos ay aking sinusunod nang
kusang-loob

Halina, O banal na kagalakan

O Inang Unibersal, maging tanging apoy sa aming mga
puso at pawiin ang kadiliman ng aming mga kaluluwa

At sa mga luha ng aming pagmamahal sa iyo, hugasan
mo ang aming pagmamahal sa mga makamundong bagay

At sa kagalakan ng aming kasunduan sa iyo, pawiin mo
ang aming kalungkutan at mga pighati magpakailanman

Gawing malaking puso ang aming maliliit na puso na
kayang tumanggap ng iyong buong presensya

At sa salamin ng iyong pinagpalang kalikasan, ipakita
mo sa amin ang aming sarili na perpekto at dalisay

Nawa'y ang apoy ng aming pag-ibig para sa iyo ay
lumagpas sa apoy ng mga makamundong pagnanasa

Milyun-milyong tukso ang nagbabalatkayo bilang Ikaw
at patuloy kaming nililinlang

Halika, O dalisay na kagalakan! Ipasok mo ang lahat ng
aking masidhing pananabik para sa iyo

Maging ang planetang kalmado sa aking madilim na
gabi ng kamangmangan, at hawakan ang aking kamay at
ibalik ako nang ligtas sa iyong ligtas at panatag na
kanlungan!

Ang panunumpa ng disipulo

Lulupigin ko ang pagmamataas nang may
pagpapakumbaba

At poot na may kasamang pagmamahal

Kasiglahan sa pamamagitan ng katahimikan

Ang pagiging makasarili ay napapalitan ng pagiging
bukas-palad

At ang kasamaan ay may kabutihan

Kamangmangan sa kaalaman,

At ang pag-aalala, sa kapayapaan ng pagmumuni-muni,
ay mapasaiyo, O aking Diyos

Ilayo mo ako sa kasamaan

Ingatan mo ako, O Panginoon, upang hindi ako
makarinig ng kasamaan, ni makakita ng kasamaan, ni
magsalita ng kasamaan, ni makahinga ng kasamaan, ni
makahawak ng kasamaan, ni makaramdam ng kasamaan.

Hindi ako nag-iisip ng masama, ni nananaginip man ako
ng masama

Panalangin para sa Dakilang Liwanag

O Panginoon ng Kamahalan, O Diwa ng Pag-iral at
Espiritu ng Sansinukob, O Kaibigan ng mga Kaibigan! Ihayag
mo sa akin ang mga lihim ng aking pagkatao. Turuan mo ako
kung paano kita sasambahin nang may katahimikan,
kapanatagan, at pagbabantay.

Sa katahimikan ng aking kaluluwa, ilubog mo ako upang
aking mapagtanto ang iyong walang hanggang presensya sa
akin at sa aking paligid.

Malaki ang aking pananabik na makilala ka, O ikaw na
walang katulad, O ikaw na walang kapantay, O natatangi at
maluwalhati na karapat-dapat sa lahat ng paggalang at
pagpapahalaga!

Mga usbong ng nostalgia

Sa pagsikat ng iyong pagdating, ang mga usbong ng
aking pananabik ay mamumukadkad at magiging mga
sariwang bulaklak

O Panginoon, bilisan mo ang araw na hahabihin ko ang
isang berdeng pumpon ng mga bulaklak na iyon at ilalagay
ito sa iyong paanan.

Panalangin bago kumain

O Panginoon, tanggapin mo ang pagkaing ito, pabanalin ito, at huwag mong hayaang madungisan ito ng katakawan

Ang pagkain ay nagmumula sa iyo at nilalayong suportahan ang iyong pisikal na katawan. Pagpalain mo ito ng iyong espiritu upang ito ay maging isang espiritu na sumusuporta at nagpapalakas sa amin.

Ikaw ang perpektong banal na rosas, puno ng buhay, biyaya, at kagandahan, at kami ang mga talulot nito. Punuin ang aming mga kaluluwa ng mabangong aroma ng iyong mapagbigay na presensya.

Ang ating hinahangad na simoy ng hangin

Buksan ang mga usbong ng aming mga puso at palayain ang kanilang halimuyak na nakakulong sa likod ng mga dahong rosas upang ang mga simoy ng aming espirituwal na pananaw ay magdala ng mababangong amoy at dalhin ang mga ito sa iyong banal na templo.

O Ikaw na karapat-dapat sa lahat ng pagsamba at paggalang!

Nais naming umihip ang aming nananabik na simoy ng hangin sa iyong pinagpalang mga paa

Mga bulong mula sa kawalang-hanggan

Ang walang hanggang tinig ay kinausap ako sa mahina at mahinang tono, na nagsasabing:

"Ibinulong ko sa iyong tainga sa lahat ng iyong panahon ng pagkakatulog: 'Gumising ka!' At ngayon ay iniwan mo na ang iyong pagtulog; sinasabi ko sa iyo: Gisingin mo ang iyong mga kapatid at gumawa ka kasama ko, upang marinig ng lahat ang aking salita"

Kaya nangako ako, na sinasabing:

"Gagawin ko ang aking makakaya upang ipalaganap ang iyong tawag at ipalaganap ang iyong mensahe, at kapag iniwan ko ang aking makalupang anyo, hihiramin ko ang iyong tinig na nasa lahat ng dako upang bumulong sa mga pusong nagkakasundo: Pakinggan ang kanyang banal na mga himno ng espirituwal na kaaliwan, sapagkat siya ay laging tumatawag sa iyo."

Maghihintay ako para sa lahat ng aking hindi mabilang na mga kapatid habang sila ay dahan-dahang nagmamartsa sa isang mahaba, mahabang prusisyon patungo sa pinagpalang layunin ng pagkilala sa sarili, at sa pamamagitan ng 'Mga Bulong mula sa Walang Hanggan' ay ibubulong ko sa kanila: 'Gumising kayo, mga kapatid ko, at sundin natin ang Kanyang tinig na tumatawag sa atin nang walang humpay, at tayo'y sama-samang bumalik sa tahanan sa langit'

Ikaw ang bukal ng pag-ibig

Ikaw ang pinagmumulan ng pag-ibig mula sa langit at lupa

Ikaw ang ama na nagbibigay ng proteksyon sa kanyang mga anak at ang ina na nagbibigay sa kanila ng walang hanggang pagmamahal

Ikaw ang batang bumubulong kapag nagsasabi ng mga salita ng pagmamahal sa kanyang mga magulang

Ikaw ang perpektong pagkakaisa at debosyon sa pagitan ng mga magkasintahan

Dinadalisa mo ang alipin sa pamamagitan ng pagpapakita ng paggalang sa kanyang panginoon at

pinatitibay ang ugnayan ng pagmamahalan sa pagitan ng mga magkaibigan

Hinugasan mo ako ng tubig ng pag-ibig sa lahat ng anyo nito, kaya't minahal kita nang buong damdamin ng aking kaluluwa at nang buong pagmamahal at pananabik sa aking puso, O ikaw na karapat-dapat sa lahat ng pagmamahal, pagsamba at paggalang!

Ang Awit ng Walang Hanggang Pag-ibig

Inuulit ko ang mga kuwerdas ng lira ng aking puso upang muling tugtugin ang isang lumang kanta: Ang Kwento ng Aking Unang Pag-ibig

O Banal na Espiritu, sa iyo ay inihahandog ko ang mga bagong himig mula sa Birheng Kaluluwa: mga tunay na medley sa mga himig ng aking walang hanggang pag-ibig para sa iyo.

Sumasayaw ang mga alon ng aking mga himno sa kosmikong ritmo ng iyong walang hanggang karagatan, at itinutulak ako sa mga alon ng labis na kagalakan patungo sa iyong pinakamalayong baybayin.

O himig ng mga dagat, napakapayapa at payapa, awitin mo sa akin sa mahinang tinig ang awit ng pananabik para sa walang hanggang banal na ina

O awit ng walang hanggang pag-ibig! lugoy mo ako sa higaan ng himig at hayaang ang tulog ay magpalamuti sa aking mga mata habang tinatamasa ko ang kapayapaan sa sinapupunan ng aking mapagmahal na banal na ina.

Mula sa imbakan ng alaala, kinuha ko ang sagradong kayamanan, kasama na ang mga dokumento at pangakong ipinagkaloob mo sa akin, at ipinagpalit ang mga ito sa ginto ng pag-ibig. Gamit ito, itinayo ko, sa malawak na lawak ng

aking kaluluwa, ang isang kahanga-hangang palasyo na karapat-dapat sa iyong maluwalhating trono. At ngayon ay hinihintay ko ang iyong pagdating.

O maringal at maluwalhating banal na panauhin, ngayon ay nararamdaman ko ang iyong paglapit sa trono ng aking puso, puno ng pinakamalaking kagalakan.

Mga piraso ng aking mga pangarap na nabasag na parang brilyante, na nakabaon sa ilalim ng mga bunton ng sinaunang kadiliman, ay kumikinang mula sa liwanag ng iyong pagbisita

Mula sa aking labis na kaligayahan, ang mga tahimik na himno ng pasasalamat ay patuloy na dumadaloy

Tanggapin mo po ang mga korona ng pagsalubong na aking espesyal na hinabi para sa iyo mula sa mga bulaklak at rosas ng aking walang hanggang debosyon!

Sa hardin ng aking puso

Ang bubuyog ng aking isipan ay lumilipad patungo sa liblib na hardin ng aking puso, sumasabay sa simoy ng aking pag-ibig at pinalamutian ng mga perlas ng iyong matamis na hamog.

Nagtanim ako para sa iyo ng mga kahanga-hangang liryo ng espirituwal na pag-unawa at mga dilaw na daffodil upang pigilan ang aking mga luha ng pagsisisi, mga pinong violet na nangangarap ng pagpapakumbaba, at malalapad na daisy para sa mga pananaw ng kaluluwa.

Sa iyo, ang mga puno ng aking mga iniisip ay nag-aalok ng masasarap na bunga ng mababangong mga pagsusumamo, gamit ang mapagpakumbabang mga kamay ng malambot at mahamog na mga sanga

At sa hardin ng aking puso, isang bubuyog ng aking
mga iniisip ang lumulutang, lasing, sa gitna ng mga handog
na purong nektar sa iyo

Mga bukas na pinto

O Panginoon, noong ako'y bulag, wala akong
natagpuang kahit isang pinto na patungo sa Iyo.

Pinagaling mo ang aking mga mata, at ngayon ay
natutuklasan ko ang mga bukas na pinto sa lahat ng dako:

Sa puso ng mga bulaklak, sa gitna ng mga tunog ng
pagkakaibigan, at ang alaala ng mga itinatangi at marangal
na pagsubok, ang bawat bulong ng aking mga panalangin ay
nagbubukas ng isang bagong daan patungo sa templo ng
iyong walang hanggang presensya!

Awit ng aking kaluluwa

Sa panaghoy ng biyolin, ugalpa, at bulong ng aking
namumuong mga kaisipan, narinig ko ang alingawngaw ng
iyong mga himig. Kaya't hinila ko ang kurtina ng mga
makamundong tunog at nakinig, lasing, sa iyong mala-langit
na tinig, O banal na mang-aawit.

O, himig ng aking mahiwagang kaluluwa, sa wakas ay
napakinggan na kita

Ginising mo ako mula sa aking dating pagkakatulog

At narito ako'y naglalagay sa iyong banal na altar ng
mga bouquet ng aking mga himig at himig na nananabik sa
Iyo.

Sumainyo ang kapayapaan

Tagumpay sa espirituwal na kahusayan

"Napapabayaan mo ang mga kurso sa pilosopiya sa iyong mga aklat-aralin. Mukhang umaasa ka sa 'kaalaman' para makapasa sa mga pagsusulit nang hindi nagsusumikap. Ngunit maliban kung mag-aaral ka sa praktikal at epektibong paraan, personal kong sisiguraduhin na babagsak ka sa asignaturang ito."

Si Propesor Joshai, isang propesor sa Serampur College (India), ay tinawag ako gamit ang mga mahigpit na salitang ito. Ang aking pagkabigo sa kanyang huling nakasulat na pagsusulit ay nangangahulugan na hindi ako makakadalo sa mga huling pagsusulit sa Calcutta University, na nagsama ng Serampur College bilang isa sa mga sangay nito. Ang itinatag na tuntunin sa mga unibersidad sa India ay ang isang estudyanteng bumagsak sa anumang asignatura sa mga huling pagsusulit para sa humanities ay dapat umulit sa susunod na taon sa lahat ng asignatura.

Dati akong tinatrato ng mga propesor ko sa Serampur nang mabait at may kaunting pagpapatawa, na sinasabing, "Medyo nahuhumaling si Mukanda (Paramhansa) sa espirituwalidad." Dahil dito, hindi ako nahiya na sumagot sa mga tanong sa klase, dahil tiwala silang sapat na ang mga huling nakasulat na pagsusulit para maalis ang pangalan ko sa listahan ng mga aplikante sa undergraduate. Sa kabilang banda, binansagan lang ako ng mga kapwa ko estudyante na "ang ecstatic hermit"

Gumawa ako ng matalinong hakbang para hadlangan ang banta ni Propesor Joshail Lee na bibiguin niya ako sa pilosopiya. Bago pa man ianunsyo ang pinal na resulta, hiniling ko sa isa sa aking mga kasamahan na samahan ako sa opisina ng propesor, at sinabing:

"Sumama ka sa akin, dahil gusto ko ng saksi, at mabibigo ako kung hindi ko pa talaga natatalo ang propesor."

Umiling ang propesor matapos kong tanungin kung anong grado ang ibinigay niya sa mga sagot ko, at sinabi niya sa isang may kumpiyansa at matagumpay na tono habang hinahanap niya ang malaking tumpok ng mga papel sa kanyang mesa: "Hindi ka kabilang sa mga matagumpay, gaya ng papel mo na wala sa mga papel. Gayunpaman, bumagsak ka dahil hindi ka dumalo sa mga pagsusulit."

Ngumiti ako at sinabing:

"Sir, kumuha na po ako ng mga pagsusulit, maaari po ba ninyong hayaan na ako na mismo ang maghanap ng papel ko?"

Natatarantang pinayagan ako ng propesor, at mabilis kong inilabas ang papel ko, kung saan maingat kong binura ang lahat ng maaaring magbunyag ng aking pagkakakilanlan maliban sa password. Dahil hindi napansin ng propesor ang pangalan ko, binigyan niya ng mataas na marka ang mga sagot ko, kahit na wala itong laman na aklat-aralin!

Nang mapagtanto niya ang aking panlilinlang, napasigaw siya, "Naku naman ang bastos na swerte mo!" Pagkatapos ay may pag-asa niyang idinagdag, "Tiyak na babagsak ka sa iyong mga huling pagsusulit."

Tungkol naman sa mga pagsusulit sa iba pang mga asignatura, nakatanggap ako ng kaunting tulong, lalo na mula sa aking pinsan at matalik na kaibigang si Prabhas. Nahirapan ako, kahit na mahirap, sa natitirang mga huling pagsusulit at nakamit ko ang pinakamababang pasadong marka.

Ngayon, pagkatapos ng apat na taon sa kolehiyo, karapat-dapat na akong kumuha ng mga pagsusulit para sa aking bachelor's degree, isang pribilehiyong halos hindi ko inaasahan. Ang mga huling pagsusulit sa Serampur College

ay napakadali kumpara sa mahigpit na pagsusulit sa pasukan sa Calcutta University na kinakailangan para sa isang degree. Sa katunayan, ang aking pang-araw-araw na pagbisita sa aking guro, si Sri Yuktiswar, ay nag-iwan sa akin ng kaunting oras para lumitaw sa mga bulwagan ng unibersidad. Ang aking presensya ay mas nakakagulat sa aking mga kaklase kaysa sa aking kawalan!

Halos araw-araw kong gawain ay ang pagbibisikleta bandang 9:30 ng umaga papunta sa ermitanyo ng aking guro, dala ang isang handog para kay Sri Yuktiswar: ilang bulaklak mula sa hardin ng hostel. Mainit akong binabati ng aking guro at inaanyayahan sa tanghalian, na malugod ko namang tinanggap, sabik na takasan ang mga iniisip tungkol sa unibersidad at sa aking mga gawain. Pagkatapos ng ilang oras kasama si Sri Yuktiswar, pakikinig sa kanyang pambihirang karunungan o pagsasagawa ng mga tungkulin sa ermitanyo, nag-aatubili akong aalis bandang hatinggabi, at babalik sa aking tuluyan. Minsan ay ginugugol ko ang buong gabi kasama ang aking guro, masayang abala sa kanyang mga nakapagbibigay-liwanag na pag-uusap, bihirang mapansin ang pagbabago mula dilim patungo sa buwang-liwayway.

Isang gabi, bandang alas-onse, habang palabas na ako ng selda, seryoso akong tinanong ng guro:

"Kailan magsisimula ang mga pagsusulit sa bachelor's degree?"

Sumagot ako: "Limang araw mula ngayon, ginoo."

Sabi niya, "Sana handa ka na para dito"

Nakaramdam ako ng matinding pagkabalisa at takot, kaya nagprotesta ako:

"Ginoo, alam na alam niyo po na ginugol ko ang mga araw ko kasama kayo, hindi ang mga propesor sa unibersidad, kaya paano ko naman maipapasailalim ang sarili ko sa kathang-isip na pagdalo sa mahihirap na huling pagsusulit?"

Tinitigan ako ni Sri Yuktiswar nang matalim at malamig ngunit matatag na sinabi: "Kailangan mong dumalo sa mga pagsusulit upang hindi namin mabigyan ng pagkakataon ang iyong ama at ang iba pa na punahin ka dahil mas pinili mo ang buhay mong monasteryo kaysa sa unibersidad. Ipangako mo sa akin na dadalo ka sa mga pagsusulit at gagawin mo ang iyong makakaya upang sagutin ang mga tanong."

Hindi ko mapigilang umagos ang mga luha sa aking mukha, at pakiramdam ko ay hindi makatwiran ang kahilingan ng guro at ang kanyang pag-aalala ay huli na. Sa pagitan ng mga buntong-hininga at hikbi, sinabi ko:

"Dadalo ako kung iyan ang gusto mo, ngunit wala nang sapat na oras para sa wastong paghahanda." At idinagdag ko sa aking sarili: "Pupunuin ko ang mga pahina ng iyong mga turo bilang sagot sa mga tanong!"

Pagpasok ko sa santuwaryo gaya ng dati kinabukasan, taimtim at malungkot kong iniabot ang palumpon ng mga rosas, at tinawanan ni Sri Yuktiswar ang aking kahabag-habag na kalagayan at sinabing:

"Nabigo ka na ba ng Diyos sa isang pagsusulit o sa anumang bagay?"

Masigla akong sumagot, habang ang masasayang alaala ng banal na tulong ay kumislap sa aking isipan: "Hindi po, sumpa man sa Diyos, ginoo"

Nagpatuloy ang guro: "Hindi katamaran, kundi isang nag-aalab na banal na pananabik ang pumigil sa iyo sa paghahangad ng mga parangal sa unibersidad"

Pagkatapos ng sandaling katahimikan, sinabi niya: "Sinumang magtiwala sa Diyos, bibigyan Niya sila ng sapat na kakayahan." "Hanapin muna ang kaharian ng Diyos at ang Kanyang kalooban, at pararamihin ng Diyos ang Kanyang mga pagpapala sa iyo at ibibigay sa iyo ang lahat ng iyong pangangailangan."

Naramdaman kong nawala ang bigat ng pag-aalala sa aking mga balikat sa presensya ng guro. Nang matapos kami sa aming maagang pananghalian, iminungkahi ng guro na bumalik na kami sa bahay-tuluyan, na sinasabi:

"Nandito pa rin ba sa hostel ang kaibigan mong si Romesh?"

Sabi ko, "Opo, ginoo"

Sabi niya, "Makipag-ugnayan sa kanya at bibigyan siya ng inspirasyon ng Diyos na tulungan ka sa mga pagsusulit"

Sumagot ako, "Oo, ginoo, pero si Romesh ay hindi pangkaraniwang abala. Siya ang honor student sa grupo namin at mas mabigat ang kanyang akademikong gawain kaysa sa ibang mga estudyante."

Hindi pinansin ng guro ang aking pagtutol at sinabing, "Maghahanap si Romesh ng oras para sa iyo. Umalis ka na, sa pagpapala ng Diyos."

Sumakay ako sa aking bisikleta at bumalik. Ang unang taong nakasalubong ko sa patyo ng hostel ay ang punong-guro, si Romesh. Para bang may oras siyang tumulong sa akin, agad niyang tinanggap ang aking kahilingan, na sinasabing:

"Magtiwala ka, Mukanda, handa akong maglingkod sa iyo"

Gumugol siya ng maraming oras nang hapong iyon at nang mga sumunod na araw ay sinanay niya ako sa iba't ibang paksa, pagkatapos ay pinayuhan niya ako, na sinasabi:

"Sa tingin ko maraming tanong sa panitikang Ingles ngayong taon ay tungkol kay Childe Harold, at dapat tayong makakuha agad ng atlas"

Nagmadali akong pumunta sa bahay ng tiyuhin ko at humiram ng atlas kung saan minarkahan ni Romesh sa mapa ng Europa ang mga lugar na binisita ng romantikong manlalakbay ni Byron.

Isang grupo ng mga kasamahan ang nagtipon sa paligid namin upang makinig sa aralin, at isa sa kanila sa wakas ay nagkomento:

"Maling payo ang ibinibigay sa iyo ni Romesh, dahil 50% lang ng mga tanong ang kadalasang tungkol sa mga libro, at ang kalahati naman ay tungkol sa buhay ng mga awtor."

Pero nang umupo ako kinabukasan para sa pagsusulit sa panitikang Ingles at sinulyapan ang papel sa unang pagkakataon, namuo ang mga luha ng pasasalamat sa aking mga mata at nabasa ang papel. Lumapit sa akin ang tagapangasiwa at may simpatiyang nagtanong tungkol sa dahilan, kaya ipinaliwanag ko:

"Hinulaan ng aking dakilang guro na matutulungan ako ni Romesh. Tingnan mo, ang mga tanong na iminungkahi sa akin ni Romesh ay pareho lang ng nasa papel ng pagsusulit. Sa kabutihang palad para sa akin, kakaunti ang mga tanong ngayong taon tungkol sa mga Ingles na may-akda na ang buhay ay isang saradong sikreto para sa akin!"

Pagbalik ko, maingay na maingay ang hostel, at ang mga binata ring nanlait sa mga pamamaraan ni Romesh ay halos bingi na ngayong binabati ako. Sa loob ng isang linggo ng mga pagsusulit, gumugol ako ng napakaraming oras kasama si Romesh, na siyang sumulat ng mga tanong na malamang isasama ng mga propesor. Araw-araw, lumalabas ang mga tanong ni Romesh sa mga papel ng pagsusulit, gamit ang halos parehong mga salita.

Kumalat sa buong unibersidad ang balita na may nagaganap na parang himala, at ang tagumpay ng walang-malay na "ekstatikong ermitanyo" ay isa nang tunay na posibilidad. Hindi ko sinubukang itago ang katotohanan, at ang mga lokal na propesor ay walang kapangyarihang baguhin ang mga tanong na itinakda ng Unibersidad ng Calcutta.

Nang malalim kong pinag-isipan ang aking pagsusulit sa panitikang Ingles, isang umaga ay napagtanto ko na nakagawa ako ng isang malaking pagkakamali. Ang isa sa mga tanong ay may dalawang bahagi: (a) o (b) at (c) o (d). Sa halip na sagutin ang isang tanong mula sa bawat bahagi, sinagot ko ang parehong tanong sa unang bahagi, at tuluyang binalewala ang pangalawa. Dahil ang pinakamataas na marka na nakuha ko sa papel na iyon ay 33, na tatlong marka ang kulang sa minimum na pasadong marka na 36, nagmadali akong pumunta sa guro, iniiyakan ang aking malas, at sinabing:

"Panginoon ko, nakagawa ako ng isang kasalanang hindi mapapatawad, at hindi ako karapat-dapat sa mga banal na pagpapala na dumating sa akin sa pamamagitan ni Romesh."

Sumagot ang guro sa akin: "Magpakatatag ka, Mukanda, at maging panatag ka."

Masaya at walang inaalala ang tono ni Sri Yuktiswar. Pagkatapos ay itinaas niya ang kanyang kamay patungo sa langit at sinabing, "Ang araw at buwan na nagpapalitan ng kanilang mga landas sa kalawakan ay mas malamang kaysa sa hindi mo makuha ang iyong digri sa unibersidad."

Lumabas ako ng monasteryo na mas panatag ang loob, kahit na tila imposibleng magtagumpay sa matematika. Mahigit isang beses akong sumulyap nang may pag-aalala sa langit at nakita ang Ginang ng Araw na matatag na nakatitig sa kanyang karaniwang orbito!

Pagdating ko sa hostel, narinig ko ang isang kasamahan na nagsabi, "Agad akong nabalitaan na ang pasadong grado sa Panitikang Ingles ay ibinaba sa unang pagkakataon ngayong taon"

Nagmadali akong pumasok sa silid ng binata na balisa at hiniling na malaman ang katotohanan. May matinding emosyon siyang tumingin sa akin at sumagot, habang tumatawa:

"Naku, mahaba ang buhok mo, bakit bigla kang interesado sa mga bagay na pang-akademiko? At bakit ang dami mong excitement sa huling minuto? Pero ang pasadong grado ay nabawasan na sa 33 na lang"

Dinala ako pabalik ng walang hanggang enerhiya ni Sarah sa aking silid, kung saan ako lumuhod at nagpasalamat sa Diyos para sa Kanyang perpektong pagtutuos at walang hanggang biyaya. Nakaramdam ako ng isang espirituwal na puwersa na gumagabay sa akin nang malinaw sa Romesh. Isang mahalagang pagkakataon ang naganap tungkol sa aking pagsusulit sa Bengali. Si Romesh, na hindi ako tinulungan sa asignaturang iyon, ay hiniling sa akin na bumalik isang umaga habang paalis na ako sa hostel papunta sa exam hall.

Sumigaw sa akin ang isa sa mga kasamahan ko:
"Tinatawag ka ni Romesh, huwag kang bumalik at mahuhuli tayo."

Hindi ko pinansin ang payo ng kasamahan ko at nagmadali akong bumalik sa kinaroroonan ni Romesh, na nagsabi sa akin:

"Karaniwang madaling maipasa ng mga estudyanteng Bengali ang pagsusulit sa Bengali, ngunit naisip ko na ngayong taon ay balak ng mga propesor na 'patayin' ang mga estudyante gamit ang mga tanong mula sa mga itinakdang aklat." Pagkatapos ay maikling ipinaliwanag sa akin ng aking kaibigan ang dalawang pangyayari mula sa buhay ni Bahrul Uloom Vidya Sagar, ang dakila at kilalang humanitarian noong ikalabinsiyam na siglo.

Nagpasalamat ako kay Romesh at nagbisikleta papunta sa patyo ng kolehiyo. Ang papel ng pagsusulit sa Bengali ay eksakto tulad ng inilarawan niya, na naglalaman ng dalawang seksyon. Ang unang seksyon ay nagtatanong: "Magtala ng dalawang gawa ng kabaitan na maiuugnay kay Bahrul Uloom Vidya Sagar." Matapos mailipat ang bagong kaalamang ito (mula kay Romesh) sa papel, nagpasalamat ako sa Diyos sa pakikinig sa kanya sa huling sandali. Kung nanatili akong walang alam sa kabutihan ni Bahrul Uloom sa sangkatauhan (at isa na ako ngayon sa kanila, siyempre!), hindi sana ako nakapasa sa pagsusulit sa Bengali.

Ang pangalawang tanong sa papel ay: "Sumulat ng isang sanaysay sa wikang Bengali tungkol sa buhay ng taong lubos na nagbigay inspirasyon sa iyo." Hindi ko na kailangang sabihin sa iyo, mahal kong mambabasa, kung sino ang pinili ko para sa aking paksa. Habang pinupuno ko ang pahina pagkatapos ng pahina ng papuri para sa aking guro, napangiti ako, napagtanto ang katotohanan ng sarili

kong mga salita: "Pupunuin ko ang mga pahina ng iyong mga turo!"

Hindi ko naramdaman ang pangangailangang humingi ng tulong kay Romesh tungkol sa pilosopiya. Tiwala ako sa aking malawak na pagsasanay sa ilalim ni Sri Yuktiswar, kaya buong kumpiyansa kong binalewala ang mga paliwanag sa aklat-aralin, at ang pilosopiya ang pinakamataas na markang natanggap ko. Ang pinagsamang iskor ko sa iba pang mga asignatura ay sapat na para makapasa.

Isang kasiyahang banggitin dito na ang aking mahal na kaibigang si Romesh ay nakapasa sa pagsusulit nang may karangalan.

Sumilay ang ngiti sa mukha ng aking ama sa aking pagtatapos, at inamin niya, "Halos hindi ko maisip ang iyong tagumpay, anak ko. Ang dami mong oras na ginugugol kasama ang iyong guro." Tunay ngang alam ng aking guro ang di-masambit na kritisismo ng aking ama.

Sa loob ng maraming taon, nagduda ako na darating ang araw na idadagdag ko ang titulong Bachelor sa aking pangalan. Bihira kong gamitin ang titulong iyon nang hindi iniisip na ito ay isang sagradong regalong ipinagkaloob sa akin para sa mga mahiwagang dahilan. Minsan naririnig ko ang mga nagtapos sa unibersidad na nagsasabi na maliit na bahagi lamang ng kaalamang kanilang nakuha ang natitira sa kanila pagkatapos ng graduation. Ang pagkilalang ito mula sa kanila ay nagpapagaan din sa akin para sa aking hindi maikakailang mga pagkukulang sa akademiko.

Noong araw na iyon noong Hunyo 1914, nang matanggap ko ang aking digri mula sa Unibersidad ng Calcutta, yumuko ako sa harap ng aking guro upang pasalamatan siya sa mga biyayang dumaloy mula sa

kanyang buhay at bumalot sa aking kaluluwa. Mapaglarong itinaas niya ako at sinabing:

"Bumangon ka, Mukanda, mas madaling makita ng Diyos na makapagtapos ka sa kolehiyo kaysa baguhin ang takbo ng araw at buwan!"

ni : Isang Awtobiograpiya

Mga Kawikaan, tula, at kwento para sa guro
Paramhansa Yogananda



Ang banal na kapangyarihang iyon
Susupportahan at palalakasin ka nito
Gaya ng lagi niya akong sinusupportahan at binibigyan
ng lakas

Binabanggit ko ang mga katotohanang ito mula sa aking
personal na karanasan
Kung hindi ko lang naranasan ang mga bagay na ito sa
buhay ko
Noong nagawa ko nang pag-usapan ito
Nabubuhay ako sa pananampalataya sa Diyos
Ang Diyos ang aking lakas
Naniniwala ako sa walang kapangyarihan maliban sa
kapangyarihan ng Diyos
At kapag nakatuon ako sa pinagpalang kapangyarihang
iyon
Nakikilala mo ako at kinakausap mo ako
Nightingale ng Langit
banal
Ako ang iyong ruwisenyor, umaakyat sa kalangitan ng
iyong kosmikong presensya
Sa patuloy na paghahanap ng mga patak ng iyong
katotohanan
Nanalangin ako sa iyo nang may malalim na pagtitiwala
Upang magpadala ka ng mga ulan ng iyong awa mula sa
malupit na ulap ng katahimikan
At dahil ako'y labis na nauuhaw
Masigasig kong niyakap ang bawat sagradong punto ng
aking pagkakilala sa iyo
Oh, kay sabik kong madama ang iyong presensya sa
!loob at paligid ko
Ang aking matagal na uhaw ay napawi lamang nang
lumamig ang iyong haplos
Ang aking hindi mapakaling kaluluwa at ang aking pag-
aalab sa sigasig
Lumipas na ang panahon ng kawalan ng pag-asa at
kawalan ng pag-asa
Ang pagkatuyo ng mga problema ay naglaho kasabay
ng pagbuhos ng iyong kapayapaan

At ngayon ay tahimik akong lumilipad at pumailanlang,
umaawit ng mga awit ng kasiyahan at kasiyahan
Ako ang iyong nightingale na umiinom lamang ng tubig
ng iyong kapanatagan
Ang walang patid na pagbaba mula sa tuktok ng iyong
pag-iral

* * *

Ang pangunahing salita para sa karamihan ng mga tao
"sa buhay na ito ay "ako
Ang isang taong may espirituwal na ugali at hilig ay
iniisip ang iba tulad ng iniisip niya sa kanyang sarili
Ang mga taong iniisip lamang ang kanilang sarili ay
nagdudulot sa kanilang sarili ng poot at hinanakit ng iba
Ngunit yaong mga nakapaligid sa kanila ay natutuklasan
na ang mga taong isinasaalang-alang ang damdamin at
interes ng iba
Iniisip sila ng iba at isinasaalang-alang ang kanilang
nararamdaman
Kung mayroong isang daang tao sa isang bayan, at ang
bawat isa ay gustong kumuha mula sa
Ang isa pa ay magkakaroon ng tig-siyamnapu't siyam na
kalaban. Ngunit kung ang bawat isa ay
Kung may sumubok na tumulong sa iba, ang bawat isa
ay magkakaroon ng siyamnapu't siyam na kaibigan
Namuhay ako nang ganito at wala akong nawala sa
.pagbabahagi ng kung ano ang mayroon ako sa iba
Tunay nga, lahat ng aking ibinigay ay bumalik sa akin
nang doble, sa biyaya ng Diyos At ngayon ay wala na akong
.pananabik
Walang saysay, dahil ang taglay ko sa kaibuturan ko ay
mas dakila at mas mahalaga kaysa sa anumang maiisip ko
Ibinibigay ito sa akin ng mundo. Ang pinagsisikapan ng
.tao ay makamit ang kaligayahan
Kapag nakamit na ang kaligayahan, nawawala na ang
pangangailangan para sa mga pangyayaring nagdulot nito

Ang tanging garantiya ko sa mundong ito ay ang
mabubuting damdamin ng mga tao para sa akin. Ang tunay
na kayamanan ay nasa paninirahan sa puso ng mga mahal
.sa buhay at mga kaibigan

Dapat nating sikaping kumonekta sa Diyos sa buhay na
ito. Binigyan tayo ng tao ng pag-iral, talino, at malayang
pagpapasya, at samakatuwid ay dapat nating gamitin ang
.mga kaloob na ito upang mahanap ang Diyos
Kapag tayo ay altruistiko, tayo ay nagiging masaya. At
kung susundin natin ang landas na ito, ang iba ay
.maaapektuhan

Ang iba sa ating paligid ay kumikilos na katulad natin at
.sinusubukang gayahin tayo. Dapat itong alisin
Ang pagiging makasarili ang ugat ng lahat ng kasamaan
ng bawat indibidwal at lipunan

?Paano at bakit nagsisimula ang mga problema
Ang bawat tao'y nagsisikap – sinasadya man o hindi – na
maabot ang isang personal na paniniwala na sila ay walang
talo at walang kamatayan. Sa lahat ng kanilang panlabas na
mithiin, maging sa pamamagitan ng agham, komersiyo,
medisina, o anumang iba pang aspeto ng buhay, hinahangad
nilang makamit ang kapayapaan at seguridad, kalayaan
.mula sa pagdurusa, at pangmatagalang kaligayahan
Aayos lang iyan, sa katunayan, karapatan niya at likas na
mana ang nais ng kanyang Lumikha para sa kanya, basta't
nais din niya ang mga pagpapalang iyon para sa iba tulad ng
.gusto niya para sa kanyang sarili

Sa isang banda, karamihan sa mga tao ay nagsisikap na
makamit ang walang limitasyon at walang katapusang mana
sa pamamagitan ng limitado at may hangganang mga
.paraan

Ang mga nagawa ng tao ay magiging mas
mapapahusay at mas karapat-dapat kung, bukod sa
pagtuklas sa mundo, gagawa rin ng kinakailangang

pagsisikap ang isa upang tuklasin ang espirituwal na
!potensyal at mga kapangyarihan sa loob ng sarili
Walang duda na kahanga-hanga ang materyal na pag-
unlad, ngunit walang anumang panlabas na tagumpay
lamang ang makapagbibigay sa isang tao ng panloob na
.kasiyahan at seguridad na kanyang taimtim na hinahanap
Nakatulong ang agham sa pagpuksa ng maraming
epidemya na nagbanta sa mga nakaraang henerasyon at
nakatulong sa pagbuo ng mga makabagong pamamaraan ng
produksyon na may kakayahang alisin ang gutom at
kahirapan. Gayunpaman, mahirap mapanatili ang isang
malusog na balanse sa mundong ito na nakabatay lamang
.sa mga materyal na tagumpay
Ang isang tao ay umuunlad sa isang partikular na
larangan, ngunit magugulat lamang sa paglitaw ng mga
hindi inaasahang problema na sumisira sa kanyang mga
.nagawa
Hindi ito nangangahulugan na hindi dapat subukang
maghanap ng solusyon ang isang tao sa kanyang mga
problema sa pamamagitan ng mga panlabas na paraan,
bagkus ang ibig sabihin nito ay balanse at hindi pagkiling sa
.isang panig sa kapinsalaan ng kabila
Pinagkalooban ng Diyos ang tao ng katwiran at lakas ng
loob, at ang mga ito ay dapat gamitin upang mapabuti ang
kanyang kalagayan sa mundo. Habang may mga
mabubuting pagsisikap na ginagawa, ang panloob na
pinagmumulan ng kapangyarihan at katalinuhan ay dapat
kilalanin at iayon sa pinagmumulan na iyon, dahil ang
pagkabigong magkaisa ang siyang dahilan sa likod ng mga
.problema at pagkakamali ng tao
Hindi ka maaaring umupo lang at umasa na ang
tagumpay ay mahuhulog sa iyong kandungan. Matapos
mong maitakda ang iyong landas at maisaaktibo ang iyong
kalooban, dapat kang magsikap, at matutuklasan mo na ang
lahat ng kailangan mo para sa tagumpay ay unti-unting

darating sa iyo, at lahat ay magtutulak sa iyo sa tamang direksyon. Ang iyong kalooban, na puspos ng banal na kalooban, ay sasagutin ang iyong mga panalangin, dahil kapag ginamit mo ang kaloobang iyon, binubuksan mo ang pinto kung saan ipagkakaloob ang iyong mga .pagsusumamo

Ang sangkatauhan ay nagkaroon ng kadalubhasaan sa agham, teknolohiya, medisina, at iba pang larangan, na nagbigay-daan dito upang makapagbigay ng mga kaginhawahan at kaginhawahan. Gayunpaman, hindi ito nangangahulugan na maaari na nitong talikuran ang Lumikha nito. Kung hindi, mawawalan ng halaga ang mga tagumpay na ito, at magsisimulang lumitaw at kumalat ang mga problemang panlipunan, pampamilya, pampulitika, at pangkapaligiran. Ito ay dahil, sa pamamagitan ng pagiging ganap na umaasa sa mga panlabas na salik, nawawalan ng karunungan ang sangkatauhan upang pamahalaan ang napakalaking potensyal na pinakawalan nito sa pamamagitan ng mga siyentipikong pamamaraan at pamamaraan. Dahil dito, ang buhay ay nagiging napakakumplikado na nagiging mahirap itong harapin, at maging isang pinagmumulan ng pagkabalisa at kawalan ng .katiyakan

* * *

Ang isang tao ay dapat mamuhay kasama ang lahat ng kanyang mga iniisip, damdamin, at pananaw, at maging alerto at mapagmasid sa lahat ng bagay sa kanilang paligid, tulad ng isang bihasang litratista na sinasamantala ang pinakaangkop na mga pagkakataon upang makuha ang pinakamagagandang larawan ng pinakamagagandang .tanawin

Ang tunay na kaligayahan ng tao ay nakasalalay sa patuloy na kahandaan ng isang tao na matuto at kumilos nang wasto at magalang. Habang mas pinagbubuti ng isang

tao ang kanyang sarili, mas malaki ang naiaambag niya sa
.pag-unlad at kaligayahan ng mga nakapaligid sa kanya
Kaunti lang ang mga sumusuri sa kanilang sitwasyon at
.nagpapasya kung sila ay sumusulong o paurong
Bilang mga taong pinagkalooban ng pandama,
karunungan, at pang-unawa, ang ating pinakamalaking
tungkulin ay gamitin nang tama ang mga katangiang ito
upang malaman natin kung tayo ay sumusulong o paurong.
Kahit na paulit-ulit tayong mabigo, hindi tayo dapat mawalan
ng pag-asa. Ang pagkabigo ay dapat magsilbing katalista,
.hindi hadlang, sa ating pisikal at espirituwal na paglago

* * *

Ang mga problema at kahirapan ay nagmumula sa
kawalan ng kamalayan ng isang tao sa kanilang mga
nakaraang kilos, na nagawa sa isang partikular na oras at
lugar. Ang kanilang kasalukuyang pagdurusa ay nagmumula
sa mga kaisipan at gawa na kanilang binigkas, na nag-ugat
sa lupa ng kanilang kamalayan, sumibol at namumunga ng
.parehong uri ng mga kaisipan at kilos na iyon

* * *

Ang pinakamahusay na paghahanda para sa isang mas
magandang buhay

Kung gusto nating tunay na masiyahan sa buhay, ang
oras ay ngayon—hindi bukas, hindi sa susunod na taon, kahit
sa kabilang buhay. Ang pinakamahusay na paghahanda para
sa mas magandang buhay sa susunod na taon ay ang
mamuhay nang produktibo, maayos, at makabuluhang
buhay ngayong taon. Ang ating paniniwala sa isang buhay
sa hinaharap na may mas malaking tagumpay at mas
malaking kaligayahan ay walang saysay maliban kung
isasagawa natin ito ngayon. Ngayon ang dapat na
pinakamahalaga at pinakamakahulugang araw ng ating
.buhay

* * *

Ang mga nagnanais magpakasal ay dapat matutong kontrolin ang kanilang mga emosyon at mga salpok, at dapat ituro ng mga paaralan ang kasanayang ito, kasama ang paglinang ng katahimikan at pokus. Maraming malungkot na tahanan at wasak na pamilya ang umiiral dahil ang mahalagang aspetong ito ay napapabayaang, kapwa sa tahanan at sa mga paaralan. Paano mabubuhay nang magkasama nang mapayapa at tahimik ang dalawang taong ?may mga salpok at pagnanasa na hindi makontrol

Sa simula ng kasal, ang mga bagong kasal ay nadadala ng isang alon ng emosyon at pananabik. Ngunit pagkaraan ng ilang sandali, habang ang mga damdaming ito ay hindi maiiwasang nagsisimulang maglaho, ang tunay na kalikasan ng magkasintahan ay nagsisimulang lumitaw, kasama ang mga pagtatalo, hindi pagkakasundo, pagtatalo, at pagkabigo. Ang puso ay nangangailangan ng tunay na pagmamahal at pagkakaibigan, at higit sa lahat, kailangan nito ng katahimikan at kapayapaan. Kapag ang kapayapaan ay nasira ng matinding emosyon, isang mahalagang haligi .ng kasal ang humihina

* * *

Ang mga organo at emosyon ng katawan ay nangangailangan ng isang malusog na sistema ng nerbiyos upang mapanatili ang kanilang kalusugan, sigla, at sensitibilidad. Upang mapanatili ang sistema ng nerbiyos sa mabuting kondisyon, mahalagang palayain ang sarili mula sa mga mapaminsalang emosyon tulad ng takot, galit, .kasakiman, at inggit

* * *

Ang kaligayahan mo ay tagumpay mo, kaya huwag mong hayaang agawin ng kahit sino ang kaligayahan mo sa iyo

Protektahan ang iyong sarili mula sa mga taong nagtatangkang mang-istorbo sa iyo. Noong bata pa ako, naiinis ako sa mga nagkakalat ng mga maling tsismis

tungkol sa akin, ngunit kalaunan ay napagtanto ko na ang
aking sariling konsensya ay mas mahalaga kaysa sa
.pagsang-ayon sa akin ng mga tao

Ang konsensya ay isang intuwisyon na nagtatala nang
tapat at tumpak sa mga iniisip at motibasyon ng isang tao.

Kapag malinaw ang konsensya at alam ng isang tao na
ginagawa nila ang tama, walang makakatakot sa kanila. Ang
malinis na konsensya ay isang patunay ng pabor ng Diyos.

Ang mga nagtataglay ng malinis na konsensya ay
nakakatagpo ng kaligayahan sa kanilang buhay at
.tumatanggap ng mga pagpapala at pabor ng Diyos

* * *

Ang bawat salitang binibigkas ng isang tao ay nag-iiwan
ng pangmatagalang epekto sa kanilang utak at isipan. Kapag
ang kaluluwa ng isang tao ay umalis sa kanilang katawan sa
pagkamatay, ang kanilang pagpasok sa ibang mundo ay
depende sa paghatol na ibibigay ng kanilang karma (ang
mga bunga ng kanilang mga kilos) na bunga ng mabuti o
.masamang mga salita

Ang mabubuting salita na nagmumula sa marangal na
pag-iisip ay magbubunga ng mabubuting resulta para sa
kaluluwa, samantalang ang masasamang salita na dulot ng
masasamang gawi ay magbubunga ng masamang karma o
.masamang resulta para sa kaluluwa

Ang salita ay binubuo ng tatlong vibrations: isang causal
o intelektwal na vibration, isang kinetic o planetary vibration,
.at isang pisikal o maliwanag na vibration

Ang salitang "kapayapaan" ay may tatlong natatanging
:mga bibrasyon

Isang pag-aalangan ng pag-iisip o kalooban kapag 1

"binibigkas ang salitang "kapayapaan

Ang panganginig ng enerhiya sa utak, vocal cord, at 2

dila, na hinihimok ng kalooban, kapag binibigkas ang
"salitang "kapayapaan

Panginginig ng mga vocal cord at pisikal na epekto ng 3

"pagbigkas ng salitang "peace

Samakatuwid, ang bawat salita, mabuti man o masama,
ay nag-iiwan ng mga vibrations nito—ibig sabihin, ang mga
epekto nito—sa katawan o utak, at sa enerhiya ng buhay at
talino sa anyo ng mga hilig at pagnanasa. Batay dito, ang
mga vibrations ng lahat ng pagsasalita ay nag-iiwan ng
.mabuti o masamang tendensiya sa isip

Ang sinumang nag-aalis ng mga motibo sa pagbaluktot
sa katotohanan ay nagtatatag sa kanyang sarili ng isang
napakalaking lakas upang hindi siya magsabi ng
kasinungalingan at ang lahat ng kanyang mga salita ay
.totoo

O Panginoon, bigyan mo ako ng lakas upang gamitin
ang aking tinig upang maglingkod sa katotohanan sa
pamamagitan ng pagsasalita ng matamis, kapaki-
pakinabang, at nakagiginhawang mga salita. Tugtugin mo
ang lyong walang kamatayang mga himig sa plauta ng aking
buhay upang ako ay pagpalain ng mga bibrasyon ng lyong
.mga banal na himig

* * *

lumulutang na kumot

Minsan, dalawang magkaibigan ang naglalakad sa
pampang ng ilog nang makakita sila ng tila lumulutang na
kumot. Isa sa kanila ang tumalon sa ilog at lumangoy
."hanggang sa marating niya ang "kumot

Ngunit nahuli siya sa pagbabalik sa bangko, at napansin
ng kanyang kaibigan na nahihirapan siyang harapin ang
"kumot" at ito ang dahilan ng kanyang pagkaantala sa
:pagbabalik, kaya't sinigawan niya ito, na sinasabing
?Bakit hindi mo na lang siya iwan at bumalik

Sumagot ang kaibigan niya: Iyan ang sinusubukan kong
gawin, pero kumakapit sa akin ang kumot at ayaw akong
.pakawalan at bumalik

Laking gulat niya nang huli na niyang mapagtanto na
.ang inaakala niyang kumot ay isa palang lumangoy na oso
Para sa akin, makabuluhan at naaangkop ang
kuwentong ito sa maraming aspeto ng buhay ng tao.
Naniniwala ako na ang mensahe nito ay tungkol sa pagiging
maingat at pag-iingat laban sa pagmamadali sa mga kilos na
maaaring magdulot ng hindi kanais-nais na mga
.kahihinatnan

Ang kumot na ito ay maaaring isa lamang konseptong
lumulutang sa ilog ng pag-iisip na, kapag natapos, ay
.nagiging isang labis na obsesyon na mahirap kontrolin
O maaaring ito ay isang mapaminsalang ugali na, kapag
nag-ugat na sa utak, ay tumatama sa pundasyon nito at
lumalawak ang mga ugat nito, na nagiging mahalagang
bahagi ng pagkatao ng isang tao, kaya't siya ay nagiging
.bilanggo sa mahigpit nitong hawak

O maaaring ito ay isang kakaibang uri ng tukso—isang
pamumuhunan na hindi napapanahon o hindi naaangkop at
humahantong sa malalaking pagkalugi, kapwa materyal at
.moral

O maaaring ito ay isang ideolohiya na tila lohikal at
praktikal, kaya tinatanggap ito ng tao at napagtanto,
matapos itong tumagos sa kanyang pagkatao, na ang
.realidad nito ay ibang-iba sa anyo nito

O maaari itong maging isang kalakaran o pag-anod na
may hindi inaasahang mga kahihinatnan

O isang pagtalon sa dilim
Kaya nga, sinabi: Isaalang-alang ang posisyon ng iyong
.paa bago ka humakbang

* * *

Ang Katapusan ng Paglalakbay
Sa loob ng mahabang panahon, ako'y natisod sa mga
paliko-likong landas ng pagdududa
Tinawid ko ang mga kathang-isip na lambak na
naghiwalay sa akin mula sa iyo nang matagal na panahon

Tinawid ko ang hindi mabilang na mga disyerto
Hinabol ko ang maraming ambisyon
Sa wakas, napalaya ko ang aking sarili
Mula sa mga alimpuyo ng kalungkutan at kasiyahan
Kaya natapos ko ang aking paglalakbay at narating ko
ang dulo ng aking landas
At ngayon, masaya kong tinitingnan ang aking mga
nakaraang paghihirap
Mula sa bawat bato ng aking mga sinaunang paghihirap
Isang mata ang tumulo sa mga luha ng kagalakan
At sa mga banal na tubig na iyon
Sa pamamagitan ng mga luha ng aking pagmamahal
para sa iyo, dinadalisay ko ang aking sarili araw-araw
* * *

Dati akong may sikretong lampara
At sabik akong nagpapadala ng isang panandaliang
sinag sa paligid ko
Sa katahimikan ng panloob na kadiliman
Madalas kong nakikita ang maliliit na isda bilang mga
malikhaing ideya
Nahuli ito sa biglaang liwanag
Ginamit ko ito bilang pain
Upang mahuli ang mas malalaking nilalang sa
kaibuturan ng aking kamalayan
Ngunit marami sa kanila ang nakatakas
Sa likod ng maliit na bilog ng liwanag
Mula sa iyong mga tapat na tagasunod
Mayaman sa mga awiting pilak at ginintuang pangarap
Gamit ang pera ng pag-ibig, bumili ako ng mga
makinang at nagliliwanag na lambat para sa mga pandama
ng kaluluwa
At mula rito ay nakabuo siya ng isang
makapangyarihang lambat ng makinang na tela
Tinawid ko ang karagatan ng iyong karunungan upang
hanapin ka

!Ang huli ay sagana at mahalaga
Nakamit ko ang maraming mabuti at masayang
damdamin
At mga kayamanan ng mga nawalang sagradong alaala
,Bukod dito
Natagpuan kita
!At nabihag kita, O kayamanan ng mga kayamanan

* * *

Sa mga araw ng tag-araw ng buhay
Kinokolekta ko ang nektar ng emosyon
Mula sa mga bulaklak ng matatamis na birtud
Na tumutubo sa mga hardin ng mabubuting kaluluwa
At itinago ko ito sa aking puso
distiladong katas
Mula sa matayog na bulaklak ng pagpaparaya
At ang mga usbong ng kapakumbabaan na may
banayad na halimuyak
At ang mga bihirang bulaklak ng malambot na ideya ng
lotus

At kapag bumuhos ito sa akin
Mga karanasan sa niyebe at malamig na taglamig
At ang masakit na paghihiwalay sa lupa
Hinahanap ko ang init at kapanatagan
Sa nektar na nakaimbak sa selula ng aking puso
Sa pinagpalang selda na iyon, sa iyong presensya
Madalas kong mahanap ang banal na bubuyog
Higupin ang tamis ng aking mga lumang pananabik
Nakaramdam ako ng kapanatagan, kagalakan, at
kapanatagan

* * *

Naniniwala ako sa kapatiran ng sangkatauhan, sa
pangkalahatang pagmamahalan, pag-unawaan, at
kooperasyon sa mga tao upang maibsan ang mga pasanin
.ng buhay para sa isa't isa

Dapat ipakilala sa mundong ito ang mga marangal na pandaigdigang layunin, at dapat ipatupad ang mga mithiin na magtataas sa sangkatauhan sa mataas na antas, magpapadalisa sa mga kaisipan, magpipigil sa mga pagnanasa, at magpapahasa sa mga marangal na talento .nito

Makakamit ito sa pamamagitan ng espirituwal na halimbawa at mabubuting prinsipyo, hindi sa pamamagitan ng brutal na puwersa at mapaminsalang mga digmaan. Mapanganib ang kapangyarihang pampolitika kung walang mga espirituwal na prinsipyong gagabay at mamamahala .dito

Kapag tinutukoy ko ang mga prinsipyong espirituwal, hindi ko tinutukoy ang mga partikular na doktrina, sekta, o paniniwala, kundi ang mga pangkalahatang batas: ang mga batas ng katuwiran at kabutihan na naaangkop sa lahat at nagdudulot sa kanila ng kabutihan, kagalingan, at .kapayapaan

* * *

Bakit ginugugol ng tao ang kanyang oras sa paghahanap ng mga mumo ng pag-ibig ng tao at isang dakot ng pera at ganito o ganyang bagay, kung mahahanap niya ang lahat sa Diyos na siyang pinagmumulan ng lahat ng ?pag-ibig at lakas

Hindi natin dapat hanapin ang Diyos dahil sa kasakiman sa kapangyarihan, kundi dahil sa paghahangad ng pag-ibig. Kung gayon, matatagpuan natin ang dakilang kayamanan.

Kapag iniibig natin ang Diyos nang may malalim at taos-pusong pag-ibig, sasagutin Niya tayo, at mararamdaman .natin ang Kanyang pag-ibig na tumitibok sa ating mga puso Mas matamis ang buhay kapag pinagninilayan ng isang tao ang Diyos. Habang mas pinagninilayan at nananatiling nakatuon ang isang tao sa espirituwal na kalagayan habang gumagawa, mas lumalaki ang kakayahan ng isang tao na ngumiti. Nasa larangang iyon ako ngayon at

magpakailanman—sa maligayang banal na kamalayan.
Walang nakakaapekto sa akin. Nag-iisa man o kasama ang
.iba, ang kagalakan ng Diyos ay nananatili sa aking kalooban
Nagawa kong mapanatili ang aking ngiti at ang mga
ngiting iyon ay nasa iyo rin, ang parehong kagalakan at
kaligayahan ng kaluluwa ay nasa iyo. Hindi mo kailangang
makuha ang mga ito, para lamang mabawi ang mga ito.
Pansamantala mo itong nawala sa pamamagitan ng
pagkilala sa sarili gamit ang mga pandama, at maaari mo
.itong mabawi

Sinumang naniniwala na ang mga pisikal na bagay, na
maaaring matamasa sa pamamagitan ng paningin, pandinig,
panlasa, amoy, at paghipo, ay nagdudulot ng purong
kagalakan ay lubhang nagkakamali. Ang mga pandama ay
hindi nagbibigay ng kaligayahan; sa halip, inaalisan nila tayo
nito. Kung magtatakda ka ng mga kondisyon para sa iyong
kaligayahan, tulad ng pagsasabing, "Hindi ako magiging
masaya hangga't hindi ko nakikita ang mukha na iyon," hindi
mo mararanasan ang dalisay at walang halong kagalakan,
.dahil ang mga kasiyahanang pandama ay panandalian lamang
Ang mga araw at taon ay nakakaapekto sa pisikal na
kagandahan. Lahat ng bagay sa materyal na mundo ay
napapailalim sa batas ng pagbabago. Kaya, kahit na makita
ng isang tao ang bawat magandang mukha sa mundo,
marinig ang bawat tunog, at mahawakan ang lahat ng
kanilang ninanais, hindi pa rin nila matatagpuan ang tunay
na kaligayahan. Gayunpaman, maaari nilang linlangin ang
.kanilang sarili sa pag-iisip na sila ay masaya
Minsan, pagkatapos magsikap nang husto upang
makamit ang isang bagay, hindi ka makakatagpo ng
kaligayahan sa mismong bagay. Gayunpaman, nakakamit
mo ang kasiyahan mula sa pagsisikap na ginugol, at
samakatuwid ay naniniwala kang masaya ka. Ngunit ang
ganitong uri ng kasiyahan ay pansamantala at panandalian
.lamang

Kaya naman walang saysay ang paghahanap ng kaligayahan sa mga pandama. Ang espirituwal na kagalakan ay dapat matagpuan at maipahayag sa mga salita at ekspresyon ng mukha. Kapag ginawa ito ng isang tao, kahit isang maliit na ngiti ay babalot sa lahat ng nakapaligid sa kanila ng pinagpalang magnetismo nito, at ang iba ay .makakaramdam ng kaligayahan

Ngunit tanging ang Diyos lamang ang makakapagpabago ng mga puso. Hindi natin dapat ipagpalagay sa ating sarili ang kakayahang gumawa ng mabuti. Ang Diyos lamang ang tunay na gumagawa ng mabuti. Ang mundong ito ay Kanya. Kung mararamdaman mo ang Kanyang presensya at mapagtatanto na Siya ang may kontrol sa lahat ng bagay, at kung ipagkakatiwala mo ang lahat sa Kanya—mabubuting gawa at maging ang masasama—magugulat ka na matutuklasan na ang lahat ng .iyong mga kilos ay mababago tungo sa mabubuting gawa

* *

Sa sandaling mag-isip tayo nang mabuti tungkol sa ibang tao, lumalawak ang ating kamalayan at lumalawak ang ating mga abot-tanaw. Kapag iniisip natin ang ating kapwa at nagpapakita ng habag sa kanila, isang bahagi ng ating pagkatao ang naaawa sa kanila kasama ng kaisipang iyon, at hindi lamang ang mismong kaisipan ang kailangan, kundi pati na rin ang kahandaang isabuhay ang kaisipang .iyon

Hindi natin dapat ibukod ang sinuman sa ating bilog ng pagmamahalan {at ang iyong kapwa ay katulad mo} {ang iyong kapwa pagkatapos ay ang iyong kapwa pagkatapos ay ang iyong kapwa}

Ang kasal ay isang aral sa altruismo. Dalawang tao ang nagsasama-sama sa buhay, pagkatapos ay may mga anak at ang mga magulang ay nagsasama-sama sa buhay nila. Ngunit makasarili ang isipin lamang ang malapit na pamilya dahil iiwan din tayo ng mga mahal sa buhay balang araw, at

ito ay isang paalala na ang layunin ng mga ugnayan ng tao
ay palawakin ang kamalayan sa sakripisyo para sa iba at
ibahagi sa kanila ang mga materyal na bagay at mga
.damdaming palakaibigan

* * *

Kapag natutulog ka, pasibo mong pinapakalma ang mga
iniisip at damdamin, ngunit kapag sinasadya mong
pinapakalma ang mga iniisip at damdamin sa pamamagitan
ng meditasyon, ang unang bagay na iyong mararanasan ay
isang estado ng kapayapaan, at ang mga kalamnan ng
mukha mismo ay bumubuo ng isang ngiti na sumasalamín sa
.kapayapaan ng puso

Ngunit kailangan mong tumingin sa kabila ng kalagayan
ng kapayapaan upang makita ang kadalisayan ng iyong
.kaluluwa

Ang kadalisayan na iyon, walang bahid at hindi
nababago ng mga sensory stimuli o awtomatikong mga
reaksyon

Ang resulta ay mga kaisipang nauugnay sa mga
pandama at ang estadong iyong nararanasan noon ay isang
.patuloy na nababagong kaligayahan

Taglay ng mga propeta at santo ang kagalakang ito sa
kanilang mga puso. Palaging nadarama ang pinagpalang
seguridad at katahimikan, sila ay hindi natitinag at hindi
natatalo ng mga bagyo ng galit, at hindi sila naaapektuhan
ng mga alalahanin at takot. Gamit ang pangangatwiran o
pananaw, maaari nilang suriin ang kanilang sariling mga
iniisip o ang mga iniisip ng iba sa operating table ng isipan
habang pinapanatili ang kanilang kahinahunan at
.katahimikan

Sa kaligayahan ng kaluluwa, ang depresyon ay tuluyang
nawawala, at ang espirituwal na pag-unawa ay lumilitaw sa
pagkatao ng masayang disipulo, na nagpapataas ng
.kanyang katatagan sa mas mataas na sarili

* * *

Ang tunay na ngiti ay isang ngiti ng espirituwal na
kaligayahan na nakukuha mula sa pagmumuni-muni at pag-
.iisip tungkol sa Diyos at pagdamay sa Kanyang presensya
Ang aking ngiti ay nagmumula sa isang malalim na
kagalakan sa aking kalooban—isang kagalakang
mararanasan ng lahat. Ito ay parang bango na nagmumula
sa puso ng isang namumulaklak na rosas. Ang dakilang
kagalakang ito ay nag-aanyaya sa iba na ilubog ang kanilang
.sarili sa sagradong tubig ng kaligayahan
May apat na sitwasyon na pamilyar sa isang karaniwang
:tao

Masaya siya kapag natupad ang isang hiling
Hindi siya maligaya kung mapipigilan siyang makamit
ito

Pero kapag hindi siya masaya o nalulumbay,
nakakaramdam siya ng pagkabagot
Sa pamamagitan ng pagdaig sa mga emosyong ito o
sikolohikal na kalagayan ng kasiyahan, sakit, at pagkabagot,
.ang isang tao ay makakaramdam ng kapayapaan
Ang kapayapaan ay isang lubos na kanais-nais na
kalagayan na bunga ng kawalan ng kalungkutan, kasiyahan,
at pagkabagot. Ang mga kalagayang ito ay patuloy na
.pabago-bago sa loob ng kaluluwa
Matapos masakyan ang isang nagngangalit at maingay
na alon ng sakit at kasiyahan, kabilang ang paulit-ulit na
paglubog sa kaibuturan ng pagkabagot
May kasiyahan ang lumulutang sa dibdib ng isang
payapang dagat ng kapayapaan
Ngunit higit na dakila kaysa sa kapayapaan ang
espirituwal na kaligayahan, ang kagalakan ng kaluluwa, ang
sukdulang kaligayahan. Ito ay isang panibagong kagalakan
na hindi kumukupas, ngunit sasamahan ng kaluluwa
.magpakailanman
Ang pinakadakilang kagalakan ay makakamit lamang sa
pamamagitan ng pagkilala sa banal na presensya

Ang bawat tao ay may hindi pa nagagamit na potensyal.

Taglay nila ang lahat ng kinakailangang kalakasan. Ang isip mismo ay isang kataas-taasang kapangyarihan, at dapat itong palayain mula sa mga luma at mahigpit na gawi at .konsepto

Ang impluwensya ng mga planeta at bituin sa buhay ng tao ay sanhi ng mga puwersa ng atraksyon at pagtataboy sa .pagitan ng mga planeta at katawan ng tao

Ang masasamang kaisipan ay nagdadala sa nagmamay-ari nito sa isang masamang kapaligiran kung saan maaari nilang ipahayag ang kanilang sarili ayon sa kanilang naisin.

Ngunit maaaring baguhin ng isang tao ang kanilang mga kaisipan at kamalayan sa pamamagitan ng paghahangad, at .sa gayon ay mababago ang kanilang kapaligiran

Kung ang isang tao ay mananatili sa isang mapaminsalang kapaligiran sa loob ng mahabang panahon, ang kapaligirang iyon ay magsisimulang makaimpluwensya sa kanila nang hindi namamalayan. Sa paglipas ng panahon, tuluyan silang mawawalan ng kanilang kalayaan na pumili ng isang malusog at kapaki-pakinabang na kapaligiran at magiging biktima ng mga negatibong impluwensya ng .mapaminsalang kapaligirang iyon

Kung tungkol sa taong may matibay na kalooban, siya ay kasundo ng Diyos at hindi naghihintay na ang mga planeta at bituin ang magbigay ng kanilang mga ngiti sa kanya. Bagkus, ipinagpapatuloy niya ang kanyang paglalakbay na parang isang tumatagos na bulalakaw, hindi naapektuhan maliban sa bituing gabay ng Diyos, na siyang .araw ng mga araw at Panginoon ng batas at mga kaluluwa

Isa sa dalawang opsyon

Noong unang panahon, may isang debotong asetiko na naninirahan sa pampang ng isang pinagpalang ilog. Ginugol niya ang maraming taon ng kanyang buhay sa malalim na pagmumuni-muni, ngunit sa kasamaang palad, ang kanyang

mga pagsisikap ay hindi naging mabunga, at hindi siya nagalak sa pag-aani ng masaganang ani ng kapayapaan, sa kabila ng kanyang mga pagsisikap na hanapin at siyasatin ang mga lihim ng buhay at ang mga pinagmumulan ng .kaligayahan

Bagama't ang aming kaibigan ay palaging napapalibutan ng isang makalangit na kapaligiran sa mga tuntunin ng magagandang tanawin, mabubuting kaluluwa, mahahalagang libro, at mga pinagpalang bilog ng pag-alaala, ang kanyang isipan ay patuloy pa ring nag-iisip ng mga pinakaangkop na paraan upang pagnakawan ang mga .tao at saktan sila

Ang pag-iisip na iyon ay lampas sa kanyang kontrol at tila nagmula sa mga sinaunang karmic na sanhi. Habang mas sinusubukan niyang alisin ang mga hindi kanais-nais na kaisipang iyon, lalo itong sumalakay sa kanyang isipan, ginugulo ang kanyang kapayapaan at inaalís ang kanyang .katahimikan

Sa wakas, ipinangako niya sa kanyang sarili, na sinasabing: "Patuloy akong mananalangin at magsusumamo, at hindi ako titigil hangga't hindi ako lumalaya mula sa mga nakakagambalang kaisipang ito na sumasaksak sa gilid ng "aking kapayapaan habang nagmumuni-muni ako Lumipas ang isang oras, pagkatapos ay dalawa, at ang masasamang kaisipan ay pumasok sa kanyang isipan na parang bagyo, tinatamaan ang istruktura ng kanyang .pagmumuni-muni at marahas itong niyanig

Sa wakas, pagkatapos ng tatlong oras ng masipag na pagsisikap, ang mga nakakabagabag na kaisipan ay biglang naglaho sa kanyang isipan, at sa kanilang lugar, nakita niya sa isang magandang pangitain ang isang santo ng Diyos na .nakatayo sa laman at dugo sa harap niya

Ang nagliliwanag na santo ay hindi lamang lumitaw na buhay kundi nagsalita rin nang may lubos na pagmamahal, :na nagsasabing

Anak ko, sa iyong nakaraang pagkakatawang-tao, ikaw"

ay isang propesyonal na magnanakaw na walang ibang
inaalala kundi ang manghuli ng iba at nakawin ang kanilang
mga ari-arian. Ngunit ilang sandali bago ka mamatay,
nagising ang iyong konsensya at nagpasya kang itama ang
iyong sarili at ipinangako sa iyong sarili na babaguhin mo
ang iyong kahiya-hiyang pag-uugali at susundin ang landas
ng kabutihan. Dahil dito, ipinanganak ka sa buhay na ito na
may matibay na espirituwal na determinasyon na maging
isang mabuting tao, ngunit gayunpaman ay nagdala ka rin
ng masasamang kaisipan na siyang sentro ng iyong buhay

".sa iyong nakaraang pagkakatawang-tao

Nakakalungkot, anak ko, na nabubuhay ka sa mga"

pinagpalang panahong ito, napapaligiran ng mabubuting
kaibigan, mga bilog ng pag-alaala at pagmumuni-muni,
ngunit sa kabila ng lahat ng iyon, nabubuhay ka sa isang
impyerno ng sikolohikal na pagkabalisa at mapanira,

".magulong mga kaisipan

Pagkatapos ng ilang sandaling katahimikan,

:ipinagpatuloy ng tagapag-alaga ang kanyang pananalita
Samakatuwid, ayon sa pangkalahatang batas, at dahil"

hindi mo ginawa ang iyong makakaya upang samantalain
ang mga espirituwal na pagkakataong makukuha mo sa
pagkakatawang-tao na ito, maliban kung dodoblehin mo ang
iyong mga pagsisikap sa pagmumuni-muni ngayon, sa oras
ng kamatayan ay kailangan mong pumili sa pagitan ng
:dalawang bagay

Mamuhay sa langit kasama ang sampung hangal o"

mamuhay sa impyerno kasama ang isang matalinong tao,
"?alin ang pipiliin mo

:Walang pag-aalinlangang sumagot ang disipulo

O kaibigan ng Diyos, mas gusto kong tumira sa"

impyerno kasama ang isang matalinong tao dahil alam ko
mula sa sarili kong karanasan na sampung hangal ang
gumagawa ng impyerno mula sa paraiso, habang naniniwala

ako sa aking puso at alam kong sigurado na kung
makakasama ko ang isang matalinong tao, kahit sa ilalim ng
mundong impyerno ay tutulungan niya akong gawing
".paraiso ang impyerno

* * *

Maraming tao ang parang mga paru-paro, lumilipad at
gumagalaw kung saan-saan nang hindi nakakamit ang
anumang layunin o naaabot ang anumang layunin. Kung
hihinto man sila, sandali lamang ito, pagkatapos ay naaakit
sila sa ibang libangan upang maghanap ng libangan at
magpalipas ng oras. Para sa bubuyog, ito ay nagsusumikap
at naghahanda para sa mahihirap na panahon, samantalang
.ang paru-paro ay nabubuhay lamang para sa kanyang araw
Kapag dumating ang taglamig, namamatay ang paru-
paro, habang tinatamasa ng bubuyog ang ani na natipon
nito noong tagsibol at tag-araw. Gayundin, dapat nating
matutunang linangin ang panloob na kapayapaan at ang
.lakas upang makayanan ang mga hamon ng buhay
mga kasong sikolohikal

Ang isang tao ay hindi maaaring manatiling habang-
buhay na dinadala sa mga alon ng kagalakan, nakalubog sa
ilalim ng magulong tubig ng kalungkutan, o nalulunod sa
.kaibuturan ng pagkabagot

Sa mundong ito na nailalarawan sa pamamagitan ng
magkasalungat na mga dualidad, ang karaniwang tao ay
napapailalim sa mga pagtaas at pagbaba, pag-angat sa mga
alon ng kagalakan at paglubog sa kailaliman ng kawalang-
bahala, at paghampas-hampas ng nagngangalit na mga alon
ng kalungkutan at bihirang makaranas ng isa pang estado
.ng kamalayan

Ang pagpapahintulot sa mga pangyayari na
impluwensyahan ang mga iniisip ng isang tao sa ganitong
paraan ay nangangahulugan ng pagsuko ng sarili sa isang
pabago-bago at pabago-bagong kapalaran. Ang kailangan ng
isang tao upang mabuhay nang matagumpay at kasiya-siya

ay ang balanseng pangkaisipan, at ito ay makakamit lamang sa pamamagitan ng nakatuong pag-iisip at kontrol sa mga emosyonal na kakayahan ng isang tao. Kahit ang pinakamatinding kalungkutan ay naghihilom sa paglipas ng panahon, kaya walang saysay na alalahanin pa ang kalungkutan araw-araw sa ating buhay. Ang patuloy na pagdadalamhati para sa isang yumaong mahal sa buhay ay hindi nakakatulong sa kanila o sa atin, at wala itong binabago.

Ang pagkakaroon ng inferiority complex o pagpaparusa sa sarili dahil sa mga nakaraang pagkakamali o pagkabigo ay hindi kapaki-pakinabang; sa halip, ginagawa nitong miserable ang buhay at pinaparalisa ang mga kakayahang pangkaisipan.

Hindi natin dapat hayaang mahulog tayo sa hukay ng nakakabagot na gawain, dahil iyon ay isang sikolohikal na kalagayan na malayo sa komportable, dahil ginugulo nito ang isipan at sinusunog ang mga nakatagong kakayahan sa pugon ng kawalang-interes.

* * *

Ipinapadala sa atin ng Diyos ang mga aral na kailangan natin sa buhay upang matuto tayo mula sa mga ito at magkaroon ng pag-unawa at karanasan. Ang mga umiiwas sa mga aral na ito ay mapipilitang matutunan ang mga ito, gaano man katagal.

Ang bawat pagsubok ay isang kaibigan kung tayo ay natututo mula rito, at isang malupit na diktador kung ating sasayangin ang pagkakataon at gagamitin ito nang mali nang may reklamo, hinanakit, at maling pagpapasya. Kapag mayroon tayong matibay na pang-unawa at tamang pananaw sa buhay, ito ay nagiging maganda at walang komplikasyon.

* * *

Walang sinuman ang makakakontrol sa akin o
makakaagaw sa aking kalooban maliban kung hahayaan
.kong maimpluwensyahan ako ng mga iniisip at kilos ng iba
Panginoon, napagtanto ko na mayroon akong walang
katapusang pagkakataon upang tuklasin ang aking mga
kakayahan at tuklasin ang aking espirituwal na potensyal.
Papalitan ko ang mga materyal na kalakip ng mas matataas
na mithiin, at malalaman ko na ang tapat na Espiritu ay
.laging kasama ko

Ngayon ay pupunuin ko ang aking mga isipan ng
kaunting optimismo, ihihiwalay ang aking sarili mula sa mga
hindi kanais-nais na karanasan, at isasagawa kung ano ang
magpapaunlad sa katawan, isip, at espiritu sa isang balanse
.at pare-parehong paraan

Ang sayaw ng buhay at kamatayan ay laging naroroon,
ngunit palalayain ko ang aking sarili magpakailanman sa
pamamagitan ng pagbawi sa aking espirituwal na
pagkakakilanlan, at kapag naharap ko ang mga bagyo ng
mga pagsubok at paghihirap, maglalayag ako sakay ng
aking espirituwal na bangka patawid sa dagat ng buhay
.patungo sa ligtas at banal na mga baybayin

Kapag ako ay nagtatrabaho at lumilikha, maaalala ko na
ang Diyos ay gumagawa sa pamamagitan ko. Siya ang
Panginoon ng sansinukob, at maaari akong kumonekta sa
.Kanya sa pamamagitan ng malalim na pagmumuni-muni
Mahal kong Diyos, natatanto ko na ang aking mga iniisip
ay magdudulot sa akin ng kabiguan o tagumpay, depende sa
kung aling ideya ang pinakamalakas sa aking buhay. Kaya't
susubukan kong alalahanin na iniaabot Mo ang Iyong kamay
na tumutulong at inihahanda ang daan para sa aking
tagumpay. Kapag dumarating sa akin ang mga kalamidad at
kasawian, itatawag ko ang aking lakas at palalakasin ang
.aking determinasyon na malampasan ang mga ito
Magkakaroon ako ng katapatan at sinseridad sa aking
pakikitungo at pakikipag-ugnayan sa lahat, at

magpapalaganap ako ng mapagmahal na mga kaisipan at
mabubuting hangarin. Kung gayon, tutulungan ako ng Diyos
.ng Kanyang lakas at karunungan
Panginoon, gagamitin ko muna ang aking lakas ng loob
at talino upang makamit ang maliliit na bagay, at
.pagkatapos ay lilipat ako sa mas malalaking tagumpay
Kahit na matupad ang lahat ng materyal na ambisyon,
tanging kaligayahan lamang ang idudulot nito
Sa pamamagitan ng paghahanap sa Diyos,
matutuklasan ko ang walang-kapantay na imbakan ng
kaligayahan na hindi tumitigil sa pag-agos at pagdaloy sa
.mga evergreen na hardin at parang ng kaluluwa

* * *

Ang Diyos ang pinakamahalagang bagay sa buhay ko;
Siya ang nakaupo sa trono ng aking konsensya at
nagbibigay-inspirasyon sa akin ng mga salita ng
.karunungan

Siya ang gumagabay sa akin sa landas na dapat kong
tahakin

Isang balanseng buhay
Na isinasaalang-alang ang lahat ng banal at natural na
batas

Pinagsasama nito ang aktibidad at katahimikan
Nagdudulot ito ng kaligayahan at tinutupad ang
kapalaran ng tao

Ang isang bahay na puno ng mga hiyas ay hindi
makikita sa dilim, kaya ang banal na presensya ay hindi
mararamdaman hangga't nananaig ang gabi ng
.kamangmangan

Kung ang ating kamalayan sa Diyos ay hindi ganoon
katotoo na hindi natin kayang gampanan ang ating mga
pang-araw-araw na tungkulin kung wala Siya, malinaw na
wala tayong nararamdamang anumang koneksyon sa
.pagitan ng Diyos at ng buhay

Kapag mayroon tayong ambisyon at kinukoronahan ito
ng ideya ng paglilingkod sa iba, natutulungan natin ang
ating sarili sa pamamagitan ng pagtulong sa iba
O, Panginoon

Sa paglaganap ng mahalagang sikat ng araw
Magkakalat ako ng mga sinag ng pag-asa sa mga puso
ng mga mahihirap at mga nawalan ng tahanan
Sindiha ang mga ilaw ng determinasyon at tiwala sa
sarili

Sa puso ng mga taong nag-iisip na sila ay mga kabiguan
Kapag napagtanto natin na ang buhay ay isang paaralan
para sa pag-aaral at pagtupad sa mga tungkulin, at kasabay
nito ay isang panandaliang pangarap
Kung gayon ay malalaman natin na ang Diyos ay
kasama natin

Ang buhay ay dapat nakabatay sa paglilingkod,
sapagkat kung wala ang marangal na layuning iyon, ang isip
na ibinigay ng Diyos sa tao ay hindi makakamit ang layunin
.kung bakit siya nilikha

Ang pagpapasakop sa Diyos ay nagbibigay-daan sa
isang tao na maisakatuparan ang lahat ng kanilang mga
gawain nang may kagalakan at pasasalamat sa Diyos,
sapagkat sa pamamagitan lamang ng pagpapasakop tayo
.makakaramdam ng kapayapaan

Susunugin ko ang lahat ng aking mga kahinaan sa
intelektwal at moralidad sa apoy ng determinasyon, dahil
kung hindi ko aalisin ang mga kahinaang iyon, hindi ko
.makikita ang banal na apoy
O, Panginoon

Ngayon ay magpapasiya akong isakatuparan ang mga
partikular na bagay, at pagkatapos ay gagawin ko ang aking
pinlano. Titiyakin ko muna ang katuwiran ng aking
intensyon, at pagkatapos ay mararamdaman ko ang iyong
lakas at, sa iyong tulong at pagpapala, makakamit ko ang
.aking balak gawin

Karagdagang mga pagpapatibay sa sarili sa inhinyeriya
Alam kong tiyak na walang hanggan ang kapangyarihan
ng Diyos, at dahil nilagyan Niya ako ng kislap ng Kanyang
liwanag, taglay ko rin ang kapangyarihang malampasan ang
.lahat ng balakid at balakid na humahadlang sa aking daan
Ako ay isang paraan ng pagpapahayag ng katalinuhan
at kagandahan, kaya naman ilalaan ko ang aking mga iniisip
at motibasyon sa paggawa ng mabuti at paglilingkod sa
.sangkatauhan
Ngayon ay susubaybayan ko ang aking mga iniisip at
sinasabi
Upang maakit lamang nito ang maganda at marangal
Uunahin ko ang kabutihan sa aking mga gawain
Ginagamit ko ang aking malikhaing pag-iisip upang
magtagumpay
Sa bawat mabuting pagsisikap at kapaki-pakinabang na
gawain na aking isinasagawa
Napagtanto na tinutulungan ako ng Diyos kung
tinutulungan ko ang aking sarili
Ngayon ay aararin ko ang hardin ng buhay
At itanim dito ang mga buto ng karunungan, kalusugan
at kaligayahan
Magpapasalamat ako sa Diyos kapag ang aking mga
pagsisikap ay nagbunga ng tagumpay
At nakukuha ko ang ninanais ng aking puso
Ngayon, tutulungan ko ang mga manggugulo sa aking
paligid gamit ang aking magagandang vibes, at aalisin ko
ang kadiliman ng tensyon at alitan gamit ang liwanag ng
aking mabubuting hangarin, tahimik at patuloy na gagawin
ko ang aking makakaya at gagamitin ang mga
kapangyarihang ibinigay sa akin ng Diyos sa paraang
.makikinabang sa akin at sa iba
Aalis ako nang may lubos na pananampalataya sa
kapangyarihan ng Pinakamabuting Diyos upang makuha ang

aking kailangan, natitiyak na ang Diyos ay tutulong at
.ipagkakaloob sa akin ang Kanyang biyaya
Sa sandaling magtipon ang mga puwersa ng kadiliman
upang salakayin ang aking panloob na kapayapaan,
gigisingin ko sa aking sarili ang mga puwersa ng liwanag,
katotohanan, at pagpipigil sa sarili upang harapin ang mga
.puwersa ng kadiliman at lubos na ikalat ang mga ito

* * *

Kapag itinuon mo ang sikat ng araw sa pamamagitan ng
magnifying glass sa isang maliit na punto, ito ay lumilikha ng
init, at ang init na iyon ay maaaring magningas ng kahoy,
tela, papel, at iba pang mga materyales. Gayundin, kapag
itinuon mo ang isip nang tumpak, ang konsentradong
enerhiya nito ay maaaring sumunog sa mga kasamaan at
ugat ng pagdududa sa likod ng bawat pagkabigo at gawing
.maliwanag at makinang ang liwanag ng karunungan

Kapag ang isip ay nakahanay sa Diyos, ang
pinagmumulan ng lahat ng kabutihan at ang pinagmulan ng
lahat ng pinagpalang kapangyarihan, nalalaman nito ang
banal na presensya at taglay ang lahat ng elemento ng
tagumpay. Ang mga elementong ito ay malapit na nauugnay
sa napakalaking kapangyarihan ng Diyos, na may
kakayahang lumikha ng mga bagong pagkakataon para sa
.tagumpay sa anumang larangan

Magnetikong pagkain

Kapag pinag-uusapan ng mga tao ang tungkol sa
pagkain o nutrisyon, kadalasan ang tinutukoy nila ay ang
pisikal na pagkaing kinakain upang mapanatili ang katawan.
Gayunpaman, may iba pang mga uri ng sustansya na hindi
gaanong mahalaga kaysa sa pisikal na pagkain, at kadalasan
ay mas mahalaga pa. Kabilang sa mga ito ay ang intelektwal
.o espirituwal na sustansya

Aktibidad ng pag-iisip o konsentrasyon ng isip,
karunungan at espirituwal na pag-unawa

Ang pisikal na nutrisyon ay nagpapanatili sa mga selula
ng katawan, habang ang intelektwal na nutrisyon ay
pumupuno sa isip ng mga malusog na ideya, at ang
nutrisyon ng karunungan ay nagpapasigla sa kaluluwa at
nagpapaunlad ng mga kakayahan nito. Ang intelektwal na
nutrisyon ay karaniwang binubuo ng mga ideyang iniisip ng
isang tao at ang mga natatanggap nila mula sa iba sa
.pamamagitan ng pakikipag-ugnayan at interaksyon
Ang mga taong may mahinahong ugali at marangal na
disposisyon ay nakakatulong upang gawing mapang-akit at
.malusog ang ating mga iniisip

Hindi mahirap matukoy kung ang isang tao ay
kumukuha ng kanilang intelektuwal na sustansya mula sa
isang mapayapa o nakakagambalang kapaligiran. Ang
pagkabalisa, pagkabalisa, at kalituhan ay pawang
nagmumula sa pakikisalamuha sa maling uri ng tao, maging
kaibigan o kamag-anak, na humahantong sa mga balisang
kaisipan at magulong kalooban. Ang katawan ay kumukuha
ng enerhiya at sigla mula sa pisikal na pagkain, habang ang
mga magnetic food ay nagbibigay sa katawan at isip ng mga
karga ng enerhiya na mas madaling matunaw kaysa sa mga
solid at likidong pagkain, na hindi madaling ma-convert sa
.buhay na enerhiya

* * *

Kapag nagawa mong gawing karunungan ang
kamangmangan
Mula sa kahinaan at kahinaan tungo sa kalusugan at
sigla
Lumakad nang may kumpiyansa at matapang – kahit
mag-isa – sa mga landas ng buhay
At ang panloob na kagalakan ng pagkakaroon ng isang
buhay at mapagbantay na konsensya
At matibay na pananampalataya sa katarungan ng
Diyos at sa tagumpay ng katotohanan laban sa
kasinungalingan at realidad laban sa ilusyon

At kapag sinusubukan mong ilabas ang iyong mga iniisip
araw-araw patungo sa mas mataas at mas pino na mga
antas

Siya ay may pusong mapagmahal at nagpapasalamat
At mabuting hangarin sa kapwa
Ang iyong intelektwal na pagpapakain ay magnetiko
At pagkatapos ay aakitin nito sa iyo ang lahat ng
maganda at kapaki-pakinabang
Mula sa mga bagay, tao, at mga pangyayari
Kailangang-kailangan niya ang patuloy na paglalakbay
patungo sa mga baybayin ng seguridad at kaligtasan
At panghuli ngunit hindi pinakamahalaga
Kapag nagsikap ka para makuha ang kailangan mo
Maging kontento sa mga bagay na ginagawang madali
ng Diyos para sa iyo, at ikaw ay magiging mas mayaman sa
.espiritu at mas masisiyahan
Yaong mga nahuhumaling sa mundong ito at sakim sa
mga kayamanan nito

* * *

Kapag hinahanap ng isang tao ang Diyos, na siyang
tanging kaibigan na higit sa lahat ng kaibigan, nagiging
posible ang pagtatatag ng tunay na pagkakaibigan sa lahat
ng ugnayan ng tao: pamilya, kapatid, mag-asawa, at
.espirituwal

Ang pagkakaibigan ay isang mahalagang elemento sa
mga relasyong pangmag-asawa, at dapat unahin ang
intelektwal at emosyonal na pagkakatugma, ang
pakiramdam ng moral na atraksyon, at tunay na
pagmamahal at pagkakaibigan. Ang mga hindi nakakakilala
ng pagkakaiba sa pagitan ng tunay na pag-ibig at pisikal na
.atraksyon ay paulit-ulit na nabibigo

Kapag ang kasal ay itinatag sa matataas na mithiin at
paggalang sa isa't isa, ito ay nagiging isang masaya at
matagumpay na pagsasama sa pagitan ng dalawang
mapagmahal at nagtutulungang kaluluwa na nagpapagaan

sa mga pasanin ng buhay ng isa't isa at nag-aalis ng mga
alalahanin ng pamumuhay nang may empatiya at
.palakaibigang pag-unawa

* * *

Kung humuhubog ka ng isang piraso ng luwad sa hugis
ng plorera at iluluto ito hanggang sa tumigas ito, at
pagkatapos ay gusto mong baguhin ang hugis ng luwad
upang maging isang tray, hindi mo magagawa.
Gayunpaman, maaari mong gilingin ang plorera at idagdag
ang pulbos sa sariwang luwad, at pagkatapos ay gamitin
.iyon upang hubugin ang tray

Gayundin, kung mayroong masamang ugali na
nakatanim sa utak at gusto natin itong baguhin, kailangan
muna nating gamitin ang lakas ng loob upang gilingin ang
ugali na iyon at baguhin ito sa malumanay at mabubuting
.kilos na maaaring baguhin ayon sa ninana

Ang matibay na kalooban ay nangangahulugang
matibay na paniniwala. Sa sandaling sabihin ng isang tao sa
kanyang sarili, "Hindi ako nakatali sa ugali na iyan," at
tinutupad ang kanyang sinasabi, ang ugali na iyon ay
magugunaw at maglalaho na parang hindi ito kailanman
.umiral

* * *

Hindi ko ipinipilit ang aking opinyon sa kahit sino, ni
hindi ko pinapayagan ang sinuman na ipilit ang kanilang
opinyon sa akin o pilitin akong gumawa ng isang bagay na
.alam kong hindi ko dapat gawin

Pinag-iisipan kong mabuti ang aking balak gawin,
ginagabayan ako ng karunungan sa aking ginagawa, inaako
ko ang responsibilidad sa aking mga kilos, at hindi ko sinisisi
ang iba sa mga bunga ng aking mga gawa. Ang pagpipigil sa
sarili na ito ay natutunan ko mula sa aking guro, lagi ko itong
.pinahahalagahan, at hindi ko ito kailanman isusuko
Pinakamataas na puwersang magnetiko

Sinabi ni Hesus: "Hanapin muna ninyo ang kaharian ng
".Diyos, at ang lahat ng iba pa ay ibibigay sa inyo
Ang Diyos ang kataas-taasang puwersang magnetiko sa
likod ng lahat ng puwersang kosmiko. Siya ang pag-ibig sa
likod ng lahat ng pag-ibig. Siya ang kosmikong lumikha at
.banal na artista sa likod ng lahat ng sining at paglikha
Kapag itinuon mo ang iyong mga iniisip sa Diyos: ang
kataas-taasang puwersang magnetiko na umiiral, sinisingil
mo ang iyong sarili ng pinagpalang magnetismo at maaakit
.mo sa iyong sarili ang lahat ng kailangan mo
Kung iisipin mo ang Diyos nang may malalim na
pagmumuni-muni, mamahalin Siya nang buong puso, at
makakaramdam ng ganap na kapayapaan sa Kanyang
presensya nang hindi naghahangad ng iba pa, ang
pinagpalang magnetismo ng Diyos ay magdadala sa iyo ng
.lahat ng iyong pinapangarap at higit pa
"Sa Diyos sa Langit"

Tagumpay, komportableng buhay, paggaling mula sa
mga sakit na walang lunas, at mga gawi sa pagkontrol—
lahat ng ito ay makakamit. Kung naubos mo na ang lahat ng
pisikal na pamamaraan at pagsisikap at nalaman mong hindi
ito epektibo, buksan mo ang iyong panloob na pinto, at ang
espirituwal na kapangyarihan ay dadaloy, na mag-aalis ng
.lahat ng kahinaan, pagkabigo, at pagkabigo
Kung hihingi ka ng tulong sa Diyos sa pamamagitan ng
malalim at tahimik na pagmumuni-muni at konsentrasyon,
matutuklasan mo ang isang hindi mauubos na imbakan ng
espirituwal na lakas. Ang Diyos ay walang kinikilingan at
sinasagot ang lahat ng taos-pusong humihingi ng Kanyang
.tulong

Nang matagpuan ko ang Diyos sa aking sarili,
natagpuan ko Siya kahit saan
Mula pa noong bata pa ako, labis ko na Siyang
hinahangad, at minsan noong bata pa ako, sumulat ako sa

Kanya ng liham. Oo, sumulat ako ng liham sa Diyos at
:pinamagatan ito ng ganito

Sa Diyos sa Langit" at inilagay ko ito sa mailbox"

Kapag sumusulat tayo sa isang tao, umaasa tayo ng
tugon. Nang hindi ako nakatanggap ng tugon, lumuha ako
nang husto. Ngunit sa wakas ay dumating sa akin ang tugon,
hindi sa pamamagitan ng mga salitang nakalimbag sa papel,
kundi sa isang kamangha-manghang maliwanag na
.pangitain

Lahat ay makakatanggap ng tugon mula sa Diyos kung
.ang pagsisikap ay seryoso at patuloy

Kung itutuon mo ang iyong mga katanungan sa Diyos,
ibalot ang mga ito ng malalim na damdamin, at ipapadala
ang mga ito sa pamamagitan ng koreo ng pagmumuni-muni,
.kung gayon ay tapat at tiyak na makukuha mo ang sagot

* * *

Mayroong espirituwal na pisyolohiya na nakapailalim sa
sistema ng nerbiyos na natatanging nagpapahintulot sa mga
tao na maabot ang pinakamataas na yugto ng malay na pag-
unlad. Ang utak ng tao, na mas malaki kaysa sa utak ng
karamihan sa mga hayop maliban sa mga balyena at
elepante, ay mas kumplikado at nagtataglay ng mas
malaking kapasidad para sa pag-iisip. Dahil dito, ang utak ng
tao ay isang angkop na instrumento para sa mga tao, na
nagtataglay ng mas maunlad na kamalayan kaysa sa ibang
mga nilalang. Ang masalimuot at masalimuot na mga paliku-
likong anyo ng utak ay nagbibigay-daan sa mga tao na
makisali sa malalim at malalim na pag-iisip. Samakatuwid,
ang mga tao lamang ang may kakayahang umabot sa
matataas na antas ng pag-unawa at, dahil dito, makilala ang
kanilang Lumikha. Ang matalinong tao ay ang taong
gumagamit ng kanilang mga kakayahang pangkaisipan sa
paglilingkod at kapakinabangan sa sangkatauhan sa
.mategyal, intelektwal, at espirituwal na antas

* * *

Kumanta ako ng kanta para sa iyo
Hindi pa ito kailanman nasabi ng sinumang tao noon
At sa iyo ko iniaalay ang aking tunay na himig
Ang siyang tinutugtog ng puso ko sa kaibuturan
At sa mga kuwerdas nito
Nilikha ko ang unang awiting ito
At narito, iniaalok ko ito sa iyo bilang isang dalisay na
handog

Hindi kita iaalay sa mga tuyot at intelektuwal na himig
O mga magagarang himig na nilikha ng iba
At wala akong ibibigay sa iyo kundi
Ang simple at inosenteng himig ng aking puso
Hindi ako maglalagay ng mga inaalagaang rosas sa
harap mo

Sa mga bahay na salamin
At puno ng emosyon at pagnanasa
Sa halip, iniaalok ko sa iyo ang mga ligaw na bulaklak
na kasisibol pa lamang
Sa mga bukid ng aking pananabik
At ang tagapagtaguyod ng aking buhay
* * *

Para mapakinggan kita
Anghel na Tagapangalaga
Ang aking panloob na paningin ay naayon sa radyo
Gamit ang banayad at mapagmahal na mga haplos
Madalas akong nakikinig habang nagmumuni-muni
Sa pinakamatamis na himig ng iyong mga banal na
:malapit sa iyo
Para sa mga kahanga-hangang espirituwal na simponya
At para sa mga piraso mula sa mga likha ng aking puso
At isang malambing na himig mula sa aking matandang
pananabik para sa iyo
Dahil sa pagtitiis at kahinahunan, inayos ko ang
tagapagpahiwatig ng aking pinakamalalim na damdamin

At nang ang antok ay bumigat sa aking mga talukap ng
mata

Halos makatulog na ako nang mahimbing
Ang tunay mong himno ay dumaloy sa akin
At ngayon ay nagbo-broadcast ako ng mga ecstatic
alingawngaw

Mula sa mga himig ng iyong kagalakan
At idinaragdag ko ang aking tinig sa koro ng iyong mga
sumasamba

Lumalakas ang mga himno
Lalong lumalakas ang pananabik at pagnanasa

* * *

Sinumang humawak ng landas ng masamang
pagkamakasarili, susubukan ng iba na kunin ang lahat ng
mayroon siya mula sa kanya, ngunit kung hindi man,
magpapakita sa kanya ang iba ng kabutihang-loob at
.pakikiramay

Ang ipinoprojekto o ipinapadala ng isang indibidwal sa
iba—sa salita, gawa, at pag-iisip—ay maaakit pabalik sa
kanila sa parehong uri at sa parehong antas. Ang kanilang
tunay na kalikasan ay mahahayag sa pamamagitan ng
kanilang mga ekspresyon ng mukha at mga kilos.
Mararamdaman ng iba ang kanilang mga sikolohikal na
vibrations o alon, at ang kanilang mga reaksiyon sa mga ito
ay tutugma sa kalikasan ng mga vibrations na iyon—
.negatibo o positibo

Hindi natin maaaring angkinin ang lahat. Ang lahat ng
mayroon tayo ay ibinigay sa atin ng Diyos para
pansamantala nating magamit habang tayo ay nabubuhay
sa mundong ito, at sa malao't madali ay kakailanganin
nating isuko ang ating mga ari-arian, maaaring dahil sa
.aksidente, pagnanakaw, pagkasira, o kamatayan
Kaya naman, kapag sinusubukan nating hawakan o
panatilihin ang isang bagay para lamang sa pag-aari nito,
.nilililang natin ang ating sarili

Kahit ang mga katawang ito na tinirhan natin nang
napakaraming taon ay ibibigay rin balang araw. Kaya
naman, isang pagkakamali na pilitin ang ating sarili na
maniwala na mayroon tayong mga bagay na, sa
.katotohanan, ay hindi maaaring angkinin
Kapag may ibinigay sa atin, dapat nating malaman na
ito ay atin lamang sa isang takdang panahon, at dapat
.tayong maging handang ibahagi ito sa iba
Kapag ang isang tao ay naghahangad ng higit pa sa
kanilang kailangan, may naghihintay sa kanila na malalaking
problema. Walang alinlangan, kailangan nating magkaroon
ng mga pangunahing pangangailangan tulad ng pagkain,
tirahan, damit, at ilang seguridad sa pananalapi, ngunit sa
ating paghahangad ng mga bagay na ito, dapat nating alisin
ang mga hindi kinakailangang pangangailangan, na ang ibig
kong sabihin ay ang walang pigil na mga pagnanasa at ang
nag-aalab na pagnanais na magkaroon ng higit pa sa
.kinakailangan

* * *

Hindi tayo maaaring mabuhay sa mundo bilang mga
indibidwal, kailangan nating umasa sa ating kapwa tao
.upang mabuhay at masiyahan sa buhay
Totoo ito kapwa sa espirituwal at materyal na aspeto.
Hindi natin mapapanatili ang isang disenteng antas ng
pamumuhay nang walang palitan ng mga produkto at
.serbisyo
Mapapabilis natin ang ating intelektwal at espirituwal na
pag-unlad sa pamamagitan ng pagbabahagi ng ating mga
karanasan at natuklasan
Kapag pinag-isa natin ang ating mga ideya sa Silangan,
Kanluran, Hilaga, at Timog, malilinig natin ang ating mga
talento at mapauunlad ang ating mga kakayahan bilang
.isang pamilya ng tao

* * *

Sa hardin ng aking mga panaginip tuwing gabi

:Maraming bulaklak ang namumulaklak
Mga bihirang haka-haka na bulaklak
Doon kung saan sumisikat ang mainit na planetaryong
liwanag

Namumulaklak ang mga usbong ng mga pag-asa sa
lupa

Pagkalat ng mga matingkad na talulot
Mula sa imbestigasyon at kasiyahan
Sa liwanag ng mga pangarap na iyon
Nasisilip ko ang mga multo ng mga mukha ng isang
nakalimutang minamahal

At mga minamahal, inilibing na damdamin
Matagal na akong natutulog
Ang lupa ng walang malay
Lahat sila ay tumatayo na nakasuot ng kumikinang na
mga gown

Bilang tugon sa tawag ng mga anghel ng panaginip
Nakita niya ang muling pagkabuhay ng lahat ng mga
nakaraang pagsubok

Panginoon, binigyan mo kami ng kalayaan
Para makalimutan ang ating mga problema sa araw-
araw

Sa pamamagitan ng mga pagbisita sa gabi sa lupain ng
mga pangarap

Tulungan mo kaming gumising kasama ka
At tayo'y tuluyang makakatakas mula sa mga
kalungkutan at pighati ng tao

* * *

!O banal na kanlungan
Lumalangoy ako sa dagat ng buhay
Ako'y binabayo ng malalakas na bagyo ng kahirapan
Kung ikaw man ay lumulutang sa mga alon ng
kasiyahan

O, paminsan-minsan, nalulunod sa lalim ng sakit
Gusto kong makatakas sa dualidad

Sa pag-abot sa iyong kalangitan, kataas-taasang
baybayin

At sa bawat alon ng aking mga pagsusumamo
Lumalapit ako sa iyo, ang aking tanging kanlungan

Hindi ako titigil sa pagsubok

Dahil alam kong sabik ka sa aking pagdating

!Sabik na siyang naghihintay sa aking pagbabalik

Ako ay isang ibon ng paraiso: isang ibon ng langit

Na nilikha ng iyong mga pinagpalang kamay

Pinaganda mo ako ng iyong alindog

At ang mga magagandang kulay

Kasabay ng lambing at ginintuang balahibo ng

espirituwal na pamumulaklak

Lumipad ako nang mataas

Sa madilim at mapanglaw na kapaligiran ng buhay

Sa paghahanap ng paraiso

Nabahiran ang aking matingkad na mga balahibo

May maitim na bahid ng kawalan ng pag-asa

Halika, Diyos ko

Hugasan ang iyong ibong paraiso

Gamit ang mga sinag ng karunungan

At ang dalisay at matamis na tubig ng kapayapaan

Ang ehe ng aking kapayapaan at angkla ng aking

kaligayahan

Bagama't nagsusumikap at masigasig akong makilala

Ka sa pamamagitan ng pagsunod sa Iyong mga batas at
tuntunin, dapat kong mapagtanto, Panginoon, na Ikaw ay

.higit sa lahat ng mga batas at tuntunin

Inang Pansansinukob, nananahan ka sa puso ng bawat

ina, Punuin mo ang lahat ng ina ng iyong karunungan at
lambing upang lalo pa nilang maipakita ang iyong walang

.hanggang pagmamahal

Mahal kong Diyos, alam ko na ang Iyong banal na
presensya ay nasa lahat ng dako. Tulad ng dalisay na langis
na nakatago sa mga hindi pinigang olibo, gayundin ang

Iyong kahanga-hangang presensya ay naroroon sa
sansinukob. Mapalad ang mga gumagamit ng pag-iisip at
pagninilay-nilay tungkol sa Iyo upang makuha ang
.pinagpalang langis ng Iyong banal na presensya
Sa pamamagitan ng mabubuting gawa at malikhaing
positibong kaisipan, aalagaan ko ang binhi ng pagkilala sa
sarili at didiligan ito ng tubig ng pagmumuni-muni at
pananabik hanggang sa mamulaklak ang bulaklak ng banal
.na pag-ibig sa hardin ng aking buhay
Sinusubukan ng mundo na pigilan ang aking kamalayan
gamit ang malalakas na lubid ng matinding pagnanasa,
ngunit sisikapin kong putulin ang mga lubid na iyon gamit
ang kutsilyo ng pag-unawa at pag-unawa upang ang aking
kamalayan ay mapalaya at makapagsimula patungo sa mga
.banal na biyaya

Ang kapangyarihan ng pag-iisip, pagsasalita, at pagkilos
ay nagmumula sa Iyo, aking Lumikha. Tulungan Mo akong
gamitin ang kapangyarihang ito para lamang sa mabubuting
kaisipan, mabubuting salita, at mga kapaki-pakinabang na
gawa. Sa pamamagitan ng pagmumuni-muni, ang aking pag-
ibig sa Iyo ay lumalaki hanggang sa mapuno nito ang aking
buong pagkatao at maalis ang lahat ng balakid at hadlang sa
landas ng aking buhay. At dahil Ikaw ang Lumikha ng
mapangarapin at makalupang mundong ito, ang aking
unang tungkulin ay sa Iyo, hindi sa mapanlinlang na
.mundong ito

Sinusubukan akong ilayo at pigilan ng mga alitan at
kaguluhan na mapagtanto ang iyong pinagpalang presensya,
ngunit mananatili ka, O Panginoon, na sentro ng aking
.kapayapaan at angkla ng aking kaligayahan

* * *

May mga minahan ng kaalaman at kayamanan ng
karunungan na nasa loob ng tao, naghihintay na matuklasan
at maihayag sa pamamagitan ng malalim na pagmumuni-
.muni at seryosong paggalugad

Ginagamit ng mga tao ang kanilang mga nakatagong enerhiya nang hindi namamalayan, o hindi namamalayan, sa lahat ng kanilang ginagawa at nakakakuha ng ilang mga resulta, ngunit kung alam nila kung paano ipuhunan ang mga enerhiyang iyon at kontrolin ang mga ito nang may kamalayan, makakamit nila ang maraming magagandang .bagay

Kapag ang kaluluwa ay puno ng likas na karunungan, likas na sigla, pagmamahal sa kabutihan, at mabuting kalooban, kung gayon, tulad ng paghahanap ng bubuyog ng mga bulaklak, ang tagumpay, kasaganaan, kaalaman, at lahat ng iba pang mga biyaya ng buhay ay hahanapin ka, sa .pamamagitan ng biyaya ng Diyos

* * *

Sa mundong ito, ang Diyos ay gumagawa upang makamit at mapaunlad ang pangkalahatang sining ng masayang pamumuhay sa pamamagitan ng pagtanim ng mga damdamin ng kapatiran sa puso ng mga tao at paglinang ng respeto at pagpapahalaga sa iba sa kaluluwa .ng bawat isa

Kaya naman, hindi Niya pinahintulutan – nawa'y luwalhatiin Siya – na maging perpekto ang alinmang bansa sa kanyang sarili. Bagkus, pinagkalooban Niya ang bawat tao ng kani-kanilang natatanging kakayahan at talento, at kinilala sila ng natatanging henyo upang makapag-ambag .sila nang malaki sa pag-unlad ng kabihasan ng mundo
Ang kapayapaan sa mundo ay mamumulaklak at mamumunga sa mga bansa sa pamamagitan ng kanilang nakabubuting pagpapalitan ng pinakamahusay na mga .katangian at kalamangan ng bawat isa

Bagama't maaari nating balewalain ang mga pagkukulang ng ibang mga bansa, dapat nating malinaw na makita ang kanilang mga kabutihan at tularan ang mga ito. Mahalagang tandaan na ang mga mithiing ito ay nakapaloob sa mga propeta, apostol, at mga santo sa buong

kasaysayan, na noon—at nananatili pa ring—mga buhay na
.halimbawa ng pinakamataas na sagradong mga turo

"Kahulugan ng "sarili

Ang mga pandama, na nagmumula sa kamalayan at
enerhiyang nagmumula sa Diyos, ay nagpapakita sa atin ng
mundo at naglalarawan sa kaluluwa bilang isang hiwalay na
.entidad mula sa pinagmulan nito at mula sa iba pang nilikha
Ikinulong ng pisikal na hawla ang kaluluwa, na isang
repleksyon ng unibersal na espiritu, at ito ay nadaig ng
pagkalimot, kaya hindi na nito naaalala ang banal nitong
diwa, bagkus ay itinuturing nito ang pisikal nitong hawla
bilang tunay nitong sarili. Samakatuwid, ipinapalagay at
iniuugnay nito sa sarili ang lahat ng karumihan at limitasyon
.ng katawan

Sa ganitong kaso, ang kaluluwa ay tinatawag na "ego,"
ngunit kapag ang ego na ito o ang maliit at limitadong sarili
na ito ay napagtanto na ang koneksyon nito sa katawan ay
pansamantala lamang at mayroon itong imortal at walang
kamatayang esensya, kung gayon maaari itong tawaging
kaluluwa. At habang lalong naitatag ang kamalayan nito sa
mahalagang katangian nito, at habang lalong tumataas at
lumalawak ang kamalayan nito, lalo nitong nadarama na ito
ay malapit na konektado sa kosmikong kamalayan at na ang
.buong sangkatauhan ay ang pandaigdigang pamilya nito

* * *

Ilagay natin ang mga regalang hindi nasisira

Hindi ito apektado ng pagkabulok

Mula sa mabubuting intensyon

mga serbisyong altruistiko

Walang kundisyong pag-ibig

Sa ilalim ng puno ng sangkatauhan

May mahahabang sanga

at ang maraming sangay

Alin ang kumakatawan sa mga lahi

Mga nasyonalidad ng tao

Sa kabila ng kanilang pagkakaiba at pagkakaiba-iba
Tanggapin nawa ng Diyos ang iyong mabubuting gawa
Hinihimok ng mabubuting intensyon
Pangalawang paggising

Kasama ka, pakiramdam ko'y nasa pangalawang
paggising ako sa ibang mundo. Paminsan-minsan,
pinapangarap ko ang mundong ito at ang aking katawan ay
naroon, ngunit ako'y gising sa walang patid na kaligayahan,
at ang aking panaginip sa araw ng buhay na ito ay
nababalutan ng halimuyak ng mga alaalang nakakalat na
.parang mga talulot ng rosas
Nakikita ko ang aking sarili na dumadaloy sa panorama
ng buhay, pinalamutian ng mga panaginip at pinalamutian
ng maraming eksena mula sa iba't ibang karanasan sa
tanawin, dala ang nanginginig na mga alaala ng aking mga
pangarap sa lupa patungo sa walang hanggang paggising ng
.kalangitan

Binunot ko na ang mga tinik ng bangungot mula sa
hardin ng aking buhay at nagtanim ng mga rosas ng
inspirasyon dito, kung saan tatanggapin ng aking kosmikong
minamahal ang aking paanyaya, pinabanguhan ng musk ng
pananabik, at isasama ako sa kanyang tahanan sa langit na
umaapaw sa mga panibagong kagalakan at walang
.katapusang mga pagpapala

* * *

Ang pag-ibig ng Diyos ay makalangit at banayad, at
tiyak na tinutugon Niya ang lahat ng nagpapahayag ng
kanilang malalim na pananabik at taos-pusong pananabik sa
.Kanya

Maling naniniwala ang mga tao na nabubuhay sila sa
pagkain, hindi sa kapangyarihan ng Diyos. Marami ang
tumatawag sa Kanya gamit ang panandaliang kaisipan,
parang balahibo sa hangin, na may maling paniniwalang
hindi Niya sinasagot ang kanilang mga panalangin.
Gayunpaman, tinutulungan Niya ang mga naniniwala sa

Kanya, kahit hindi nila namamalayan. Gayunpaman, marami ang nananatiling walang alam sa Kanya, na inaakala na malayo Siya sa kanila. Kapag ang determinasyon ay hindi kailanman humihina, ang determinasyon ay hindi kailanman humihina, at ang taos-pusong pagsusumamo ay nagpapatuloy nang tahimik at may kumpiyansa, at ang banal na tulong ay hinahangad nang may katapatan at pag-asa, kahit na nahaharap sa mga balakid ng kahinaan, pagkabalisa, hindi malusog na mga gawi, o nalilitong mga .kaisipan, darating ang tulong, at kasama nito, ang ginhawa Ang Diyos ay tumutugon sa malalim at tahimik na paraan sa bawat taos-pusong pagsusumamo na nagmumula sa kaibuturan ng puso

Ang tunay na halaga ng isang tao
Ang lakas ng loob at mahusay na pagpapalano ay mahalaga para sa iyong balak gawin. Kung ikaw ay determinado at magpapatuloy sa iyong landas tulad ng nagliliyab na palaso o nagliliyab na sulo, lahat ng balakid sa .iyong daan ay masusunog at magiging abo
Pumili ng isang gawain na sa tingin mo ay hindi mo kaya, at pagkatapos ay sikapin ang iyong makakaya upang maisakatuparan ito. Kapag nagtagumpay ka, lumipat sa isang bagay na mas malaki at mas mahalaga. Patuloy na sanayin ang iyong lakas ng loob sa ganitong paraan, at makikita mo mismo ang mga resulta. Kung ang kahirapan ay napakalaki, manalangin nang taimtim at may pananampalataya sa Diyos upang bigyan ka ng lakas upang .malampasan ito
Dapat gamitin ang lakas ng loob kung nais mong alisin ang kabiguan, at ang determinasyon ay dapat na kasinglakas ng isang malakas na bagyo – isang bagyo ng kabutihan – na walang balakid sa daan at sumisira lamang .ng kasamaan
Hindi mahalaga kung sino ang isang tao o ano ang kanilang katayuan sa lipunan. Ang kanilang tunay na halaga

ay nakasalalay sa kanilang mabuting kalooban at kung paano nila ginagamit ang kagustuhang iyon upang gumawa .ng mabubuting gawa at tumulong sa mga nangangailangan Ang lakas ng loob ay nasa iyo, at kung gagamitin mo ito

nang tama, makakamit mo ang lahat Ito ang kalooban na umaakay sa tao mula sa pagnanasa patungo sa pagnanasa hanggang sa wakas ay mapilitan niya itong magsikap nang husto upang makamit ang tagumpay sa pagtupad sa pinakadakilang pagnanais: ang makilala ang .kanyang sarili at ang Diyos

Ang lakas ng loob ay lumalaki sa isang tao sa normal at unti-unting paraan, ngunit ang paglago nito ay maaaring mapabilis sa pamamagitan ng matalinong pag-iisip at .wastong pagkilos

Ang paghawak sa isang ideya nang may matatag na kalooban ay nangangahulugan ng pagkamit ng ideyang iyon sa madaling panahon, salamat sa matibay na determinasyon at isang determinasyon na walang kinikilalang kahinaan o .panghihina ng loob

Ang kalooban ng tao ay pinamamahalaan at ginagabayan ng kamangmangan at kadalasang humahantong sa pagkakamali at kalungkutan. Ngunit kapag ang kalooban ay ginagabayan ng karunungan at matuwid na pagkilos, at kapag ito ay naaayon sa banal na kalooban, kung gayon ito ay gumagana para sa kapakinabangan at .kaligayahan ng sangkatauhan

Mahalaga ang pagsasanay sa kalooban upang maiayon ito sa banal na kalooban. Kapag ang kalooban ay patuloy na umiikot sa isang partikular na layunin, ito ay nagiging isang dinamiko at epektibong kalooban. Ito ang kaloobang taglay ng mga propeta, mga dakilang tao, at mga taong nakamit .ang napakalaking tagumpay sa mundong ito

Bago ka gumawa ng anumang aksyon, pag-isipan mong mabuti ang iyong gagawin. Siguraduhing gagamitin mo ang iyong determinasyon upang makamit ang mga bagay na

kapaki-pakinabang sa iyong sarili at sa iba. Kung aabusuhin
mo ang iyong determinasyon, tiyak na makakasama sa iyo
.ang mga kahihinatnan nito

Huwag maging negatibo; binigyan ka ng Diyos ng
kagustuhang gamitin ito at manalo sa laban ng buhay.

.Tandaan na ang kalooban ng Diyos ay nasa likod mo

Ang lakas ng loob ay maaaring magdulot ng mga
pagbabagong pisyolohikal sa katawan. Hindi mo kailangan
ng oras para itigil ang isang nakaukit na gawi hangga't

.mayroon kang sapat na lakas ng loob

Nang humingi si Master Buddha ng espirituwal na
kaliwanagan, umupo siya sa ilalim ng puno ng banyan (igos
:ng India) at nagsabi ng ganito

Nandito ako nakaupo sa ilalim ng puno ng banyan

At inuulit ko ang sumpang ito nang may katapatan

Kung hindi ko maintindihan ang sikreto ng pag-iral

At makukuha ko mula sa aking pananaliksik ang

mahalagang kayamanan

Hindi ako aalis sa posisyon ko kahit anong mangyari

Kahit na matunaw ang aking mga buto at katawan

!Mananatili akong nakaupo magpakailanman

Sa wakas, nagtagumpay ang naliwanagang Gautama

Buddha sa kanyang banal na kahilingan

Nakuha niya ang gusto niya

Tunay nga, ang gayong kalooban ay isang kalooban

Nagkakaisa sa pangkalahatang kalooban

Sa loob mo ay naroon ang isang agos ng kosmikong

enerhiya na nagpapanatili sa iyong katawan nang walang
hanggan. Gayunpaman, kapag may nangyari sa katawan,

nakakalimutan mo na ang enerhiyang iyon. Ang paggamit ng

iyong kalooban para sa maling layunin ay nangangahulugan

ng pagkawala ng iyong koneksyon sa kosmikong enerhiyang

ito. Ang pagsasanay sa lakas ng loob ay nangangahulugan

.ng pagkonekta sa napakalaking puwersa ng buhay na iyon

Ang lakas ng loob ay dapat panatilihin buhay at aktibo
sa mabubuting gawa at kapaki-pakinabang at marangal na
.mga tagumpay sa buhay

* * *

Ang mga gawi ay awtomatikong sikolohikal na
kagamitan at mekanismo na nakakatulong sa madali at
walang kahirap-hirap na pagtupad sa mga kinakailangang
.gawain

Marami ang nagpapahintulot sa mga gawi ng kahinaan
at kabiguan na maging alipin sa kanila, at maaaring
protektahan ng isang tao ang kanyang sarili kung
mamumuhay siya nang iba, basta't seryoso siya sa paglaban
sa mga mapaminsalang gawi hanggang sa makarating siya
.sa kaligtasan at sa dalampasigan ng tagumpay

Ang mga walang pigil na pagnanasa ay naghihikayat sa
mga hindi malusog na gawi sa pamamagitan ng
pagpapalakas at pagbibigay-katwiran sa mga ito gamit ang
mga maling pag-asa at pangako ng panandaliang
kaligayahan at kasiyahan. Sa mga sandaling iyon ng
kahinaan at kalituhan, ang mga nagnanais na malampasan
ang mga walang pigil na gawi na ito ay dapat gamitin ang
kanilang matalinong pagpapasya upang maunawaan ang
kanilang tunay na kalikasan at matutunan kung paano
.haharapin ang mga ito nang epektibo

Ang masasamang gawi ay may malulubhang
kahihinatnan at mapait at nakalalasong mga bunga. Kung
hindi masusupil, ang mga mapanirang gawi na ito ay lalakas,
na hahawak sa isang tao sa kanilang malakas na kapit at
matinding impluwensya. Ngunit kapag kinilala ng isip ang
kawalang-saysay at pinsala ng mga gawi na ito, ang
kanilang epekto ay nababawasan at kalaunan ay nawawala
.ang mga ito sa buhay ng isang tao

* * *

Pinatutunayan ng mga banal na kasulatan na ang Diyos
ay higit pa sa abot ng katwiran at talino. Sapagkat sa kabila

ng kanilang kapangyarihan, ang kanilang kakayahan ay nananatiling hindi sapat upang maunawaan o masakop Siya.

Samakatuwid, ang isip ng tao ay hindi kayang bumuo ng isang tunay na konsepto tungkol sa Diyos, ni hindi nito .maunawaan ang walang simula at walang katapusan

Kapag tiningnan mo ang Araw mula sa milyun-milyong

milya ang layo sa kalawakan, ang napakalaking bituin na iyon ay tila mas maliit kaysa sa ating Daigdig. Gayunpaman, ang diyametro ng Daigdig ay humigit-kumulang 7,900 milya,

habang ang diyametro ng Araw ay isang daang beses na mas malaki. Kung mailalagay mo ang ating planetang

Daigdig nang direkta sa harap ng Araw, magmumukha itong napakaliit kung ikukumpara. At kung iisipin natin na ang

malawak na larangan ng Araw ay lumalawak hanggang sa

lamunin ng napakalaking masa nito ang buong asul na

kalangitan, ang langit na nakikita natin ay isa lamang maliit na butil, isang maliit na butil lamang, ng walang katapusang

kalawakan na tumatagos sa sansinukob. Kahit na ang Araw

ay patuloy na lumawak nang walang hanggan, hindi pa rin

.nito kayang saklawin ang kawalang-hanggan

Ang kosmikong ilusyon ng kaliitan at kawalang-hanggan

ay naglilimita at pumipigil sa isip na maunawaan ang

kalawakan ng sansinukob. Saan nagmula ang ganap na

?kawalan na ito, at saan ang mga hangganan nito

Ang Diyos na hindi sakop ng mga dimensyon o sukat, na

walang limitasyon o pinagmulan, ay ang Diyos, na nasa lahat ng dako at umiiral sa pinakamalayong bahagi ng kalawakan.

Siya ay nasa malalayong at liblib na mga bituin, at may kamalayan Siya sa bawat espasyong Kanyang sinasakop,

.gaano man kaliit o kalaki

Ang Diyos ay hindi ang isip dahil Siya ang lumikha ng

isip at lumalampas sa mga kapangyarihan nito; kung hindi,

maaari natin Siyang maunawaan sa pamamagitan ng isip.

Gayunpaman, maaari natin Siyang tawaging banal na

kamalayan, banal na kaligayahan, o banal na presensya;
.ngunit hindi ang isip

Bagama't hindi kayang unawain ng isip ang kabuuan ng
pag-iral, kaya pa rin nitong damhin ang presensya ng Diyos.

Ang pagdama sa Kanyang presensya at pagsukat nito ay
.dalawang magkaibang karanasan

Hindi kayang sukatin ng isang alon ang nakapalibot dito,
ngunit may punto ng ugnayan sa pagitan nila. Gayundin, ang

puntong ito ay ang mas mataas na kamalayan. Ang
kamalayang ito ay maaaring makaramdam ng Diyos, ibig
sabihin, upang maranasan ang Kanyang presensya. Kapag
pinalawak natin ang saklaw ng ordinaryong katwiran
hanggang sa malapit itong kumonekta sa mas mataas na
kamalayan, maaari nating maramdaman ang banal na
.presensya

Bumaba tayo mula sa walang limitasyong absoluto
patungo sa limitado at may hangganan. Ang Yoga ay ang
paghila ng isip palayo sa mga panlabas na bagay upang
ituon ito sa panloob na pinagmumulan ng katotohanan. Sa
ganitong paraan lamang natin matutuklasan ang
pamamaraang ginamit ng Diyos upang paikliin ang
pangkalahatang kamalayan sa mga may hangganang imahe
ng Kanyang nilikha at ng mga sansinukob na naninirahan sa
.mga ito

Ang katawan ng tao ang pinakamasalimuot at
pinakamasalimuot sa mga nilikha ng Diyos. Isang primordial
cell, na nabuo mula sa pagsasanib ng semilya at itlog, ang
nahahati, at sa pamamagitan ng pagpaparami ng prosesong
ito ng paghahati, bilyun-bilyong selula ang nabubuo sa
paligid nito upang lumikha ng pisikal na istrukturang siyang
.tahanan ng ating espirituwal na kamalayan

Hindi mo malalaman ang dami ng enerhiyang
nakaimbak kahit sa isang gramo ng karne. Kung ang
enerhiyang iyon ay ilalabas, hindi mabilang na mga electron
ang kakalat sa walang katapusang kalawakan. Ang

kapangyarihan at larangan ng kamalayan na nasa loob ng katawan ay higit pa sa pang-unawa ng tao. Bagama't ang ating maliwanag na istraktura ay binubuo ng laman, dugo, at buto, sa likod ng mga siksik na selula nito ay naroon ang mga elektroniko at mahahalagang agos. At sa likod ng mga banayad at masalimuot na enerhiyang ito ay naroon ang .mga kaisipan at persepsyon

Ang pag-iisip ay walang katapusan at walang katapusan.

Mula pa noong unang panahon, ang mga ideyang lampas sa imahinasyon ay umiikot sa hangin. Napakaraming pag-iisip ang imposibleng bilangin, ngunit kung isasaalang-alang mo ang bilang ng mga kaisipan at damdaming sumagi sa iyong isipan at ipinahayag sa buong buhay mo, magkakaroon ka .ng ideya tungkol sa milyun-milyong ideyang umiiral

Subukan, kung kaya mo, na alalahanin ang lahat ng iyong mga naisip sa loob ng isang taon, o kahit isang araw lamang, at pagkatapos ay isaalang-alang ang napakaraming kaisipang naipon ng buong sangkatauhan sa buong kasaysayan, hanggang sa kasalukuyan, alam ng Diyos ang .lahat ng mga ito

Hindi kayang unawain ng isip kahit ang pinaka-banayad na natural na penomena. Isipin ang napakaraming electron na umiikot sa kuryenteng dumadaloy sa mga bumbilya!

Trilyon sa mga ito ang nagsasayaw nang sama-sama, na lumilikha ng liwanag na nakikita natin. Ang mga particle na ito, na hindi nakikita kahit sa mikroskopyo, ay naglalakbay mula sa isang punto patungo sa isa pa sa uniberso sa loob lamang ng ilang segundo. Kinukumpirma ito ng mga .siyentipikong eksperimento

Kung susubukan mong bilangin ang bilang ng mga proton at electron na nakaimpake sa ating planetang Daigdig, ang isip ay magpapatuloy sa pagkalkula nang maikling panahon at pagkatapos ay hihinto. Ang mga bagay .na tila walang katapusan sa isip ng mananaliksik

Ngunit dumarating ang punto kung saan ang mga ideya
ay nagiging masyadong banayad upang maunawaan. Mula
sa antas na iyon, na hindi maarok ng isip, ibinubuhos ng
Diyos ang Kanyang mahalagang liwanag: ang matalinong
kosmikong bibrasyon na bumubuo at nagpapanatili sa may
.hangganang nilikha
pagkakaibigan

Ang pagkakaibigan ba ay isang pinagpalang damit na
?hinabi mula sa mga hibla ng puso

O ito ba ang pagsasama ng dalawang isipan sa isang
?malawak at malawak na isipan

Ina at anak na babae, dalawang bukal ng pagmamahal
na nagmumula sa iisang pinagmumulan

Upang mapahusay ang daloy ng pag-ibig at mapawi ang
?uhaw ng mga kaluluwang tuyot

O isa ba itong nag-iisang rosas sa gitna ng dalawang
sanga na tumutubo sa kakahuyan ng mapagkaibigang pag-
?unawa

?O isa ba itong kaisipan sa dalawang katawan
Maihalintulad ba ang pagkakaibigan sa dalawang
?kabayo

Sa kabila ng kanilang magkakaibang kulay, sila ang
nagtutulak ng sasakyan ng buhay nang magkakasama
Tungo sa isang mataas na layunin na may nagkakaisang
?pananaw

Ang pagkakaibigan ba ay nakabatay sa hindi
pagkakapantay-pantay o sa kawalan ng pagkakapantay-
?pantay

Ang mga pader ba nito ay gawa sa mga batong may
?kaibahan at pagkakaiba-iba

?Bulag ba siyang sumasang-ayon sa mabuti at masama
At lumakad nang may sigasig at kagalakan sa mga
landas ng kawalang-ingat at kahangalan
Patungo sa kailaliman ng pagkabigo at pagpapaalis ng
?mga ilusyon

Ang pagkakaibigan ay isang marangal, mabunga, at
!sagradong halaman
Kapag ang dalawang tao ay nangako ng walang
hanggang katapatan
Tinatahak nila ang landas ng buhay sa kabila ng
kanilang pagkakaiba ng opinyon
Kapag sila ay hindi sumasang-ayon at nagkakasundo, ito
ay may pagmamahal at paggalang
Nagtutulungan sila at hinahangad ang ikabubuti ng isa't
isa, tulad ng kanilang hinahangad para sa kanilang sarili
Nagagalak siya sa tagumpay ng kanyang kaibigan gaya
ng kanyang pagsasaya sa sarili niyang tagumpay
Kung saan ang mangingibig ay hindi naghahangad ng
kasiyahan o ginhawa sa kapinsalaan ng minamahal
Pagkatapos sa hardin ng altruismo
Ang pagkakaibigan ay namumulaklak at yumayabong,
at puno ng halimuyak ng pagmamahal at katapatan
Dahil ang pagkakaibigan ay isang hybrid na halaman, na
isinilang mula sa dalawang kaluluwa
Ang bango nito ay nagmumula sa dalawang
magkaibang rosas
At dinala sa simoy ng walang humpay na pag-ibig
Siyang hindi natitinag sa gitna ng kahirapan at walang
kapintasan
Ang pagkakaibigan ay nagmumula sa isang pusong
puno ng hindi maipaliwanag na pag-ibig
At ang kayamanan ng dalisay na emosyon ay
dumadaloy
Lumalaki ito sa lupa ng pagkakaisa at alitan
Ngunit ito ay natutulog, nagyeyelo, at ginugugol ang
oras nito sa labis na pamilyaridad at kawalan ng respeto sa
.isa't isa
Nahihirapan itong huminga at humihinga sa ilalim ng
makakapal na tambak ng makasariling mga pagnanasa

Ngunit ang kanyang magiliw na puso ay maaari lamang
madaig ng mga inaasahan at kahilingan
Panlilinlang at panlilinlang
Oo, ginagawa ng mga pesteng ito ang kanilang trabaho
sa halaman ng pagkakaibigan at kinakagat ang kulay rosas
.nitong puso

O pagkakaibigan, O namumulaklak at mahamog na
halaman ng langit, ang iyong huwarang kapaligiran ay ang
lupang sagana sa pagmamahal na walang anumang layunin
at pagnanasa, kung saan ang mga magkakaibigan ay
nagsisikap na bumuo at magtulungan at maghanda ng daan
.para sa isa't isa sa landas

Walang makakapawi ng iyong uhaw, O pagkakaibigan
Pagwawalang-bahala sa nararamdaman at paggalang sa
mga taong mayroon nito

Walang makakabasa sa iyong mga dahon gaya ng
malinaw at umaagos na tamis
Mula sa langit ng mga taos-puso at mapagmahal na
puso

Oh, tunay na pagkakaibigan
Kung saan man nagkalat ang iyong mga talulot ng rosas
Sagrado ang lugar na iyon
Ito ay nagiging isang pinagpalang templo
Ito ay dinadalaw ng bawat mananampalataya sa Diyos
.at sa kabanalan ng buhay

* * *

Sisindihan ko ang mga ngiti, ang dilim ng aking
paghihirap ay maglalaho, at makikita ko ang aking kaluluwa
sa liwanag ng aking mga ngiti na nakatago sa likod ng
.makapal na dilim ng naipon na mga panahon
Kapag natagpuan ko ang aking sarili, dadaloy ako sa
lahat ng puso, dala ang tanglaw ng ngiti ng aking kaluluwa
Ang puso ko'y unang ngingiti, pagkatapos ang mga
mata at mukha ko. Bawat atomo ng aking pagkatao ay
.sisikat sa liwanag ng mga ngiti

Tatagos ako sa kaibuturan ng malungkot na mga puso
at magpapaningas ng isang makapangyarihang apoy na
lalamunin ang lahat ng kalungkutan
Ako ang hindi mapaglabanan na apoy ng mga ngiti.

Sasariwain ko ang aking sarili sa simoy ng banal na
kagalakan, at sisindihan ko ang kadiliman ng mga isipan. At
lahat ng makakasalubong ko ay makakatanggap ng isang
.pagsabog ng aking sagradong kagalakan
Magdadala ako ng mga nakapagpapagaling na sulo ng
aking mga ngiti sa bawat puso. Ngingiti muna ako, kahit
mahirap, at bibigyan ko ng inspirasyon ang mga nalulungkot
.at umiiyak na ngumiti

Sa kagalakan ng lahat ng puso, naririnig ko ang
alingawngaw ng Iyong kaligayahan, O Diyos. Sa
pagkakaibigan ng lahat ng tapat, nasusumpungan ko ang
Iyong pag-ibig. Nagagalak ako at natutuwa ang aking puso
sa tagumpay at kasaganaan ng aking mga kapatid, tulad ng
aking kagalakan at kasiyahan sa aking sariling
kaginhawahan at kapakanan. Habang nagbibigay-
inspirasyon ako ng karunungan at pang-unawa sa iba,
pinararami ko ang mga kayamanan ng aking sariling
karunungan at kaalaman. Sa kaligayahan ng lahat,
.nasusumpungan ko ang aking sariling kaligayahan
Walang makakabura sa aking mga ngiti. Ang pagkabigo,
sakit, at kamatayan ay hindi ako matatakot o makakabawas
.sa aking sigla

Sa katotohanan, ang mga kalamidad at sakuna ay hindi
makakasama sa akin dahil taglay ko sa aking kaluluwa ang
walang hanggan at panibagong kagalakan ng Diyos na hindi
.nagbabago at hindi matatalo

O banal, tahimik at banal na ngiti, koronahan mo ang
aking mukha at ngiti sa aking kaluluwa
Sisikapin kong maging isang bilyonaryo ng kagalakan,
dahil ang aking tunay na kayamanan ay nasa kaban ng
iyong pinagpalang presensya, Panginoon, at sa gayon ay

masisiyahan ko ang aking pangangailangan para sa
espirituwal na tagumpay at materyal na kagalingan nang
.sabay

* * *

Ang kapayapaan ay dumadaloy mula sa aking puso
Umiihip ito sa akin na parang isang banayad na simoy
ng hangin

Kapayapaan ang bumabalot sa akin na parang
mabangong pabango

Ang kapayapaan ay dumadaloy sa akin tulad ng mga
alon ng liwanag

Ang kapayapaan ay nagpapagaling sa puso ng pag-
aalala at pagkabalisa, at sumusunog sa mga tinik ng takot at
kawalan ng tulog

Ang kapayapaan ay lumalawak nang malawakan - tulad
ng isang nagliliyab na masa - at pinupuno ang aking buong
buhay

Ang kapayapaan ay parang karagatan, pinupuno ang
espasyo at kapaligiran

Ang kapayapaan ay parang pulang dugo; binubuhay nito
ang mga ugat ng aking mga iniisip

Ang kapayapaan, tulad ng nakalatag na takipsilim, ay
bumabalot sa katawan ng aking kawalang-hanggan

Ang apoy ng kapayapaan ay nagmumula sa mga butas
ng aking katawan, at mula sa buong sansinukob

Ang halimuyak ng kapayapaan ay tumatagos sa mga
hardin ng rosas

Ang alak ng kapayapaan ay patuloy na tumutulo mula
sa mga piga ng bawat puso

Ang kapayapaan ay buhay ng mga bato at buwan, mga
santo at mga propeta

Ang kapayapaan ay ang bukal ng kaluluwa

Ang likidong nagmumula sa banga ng katahimikan

Na aking sinasala sa hindi mabilang na mga butas ng
aking mga atomo

Mananalangin ako nang may taimtim na puso hanggang
 sa ang kadiliman ng pagmumuni-muni ay magningas ng
 Iyong maningning na presensya, O Panginoon. Ngayon ay
 isasahimpapawid ko ang awit ng aking kaluluwa sa hangin
 nang may malalim at taos-pusong pagtutuon, umaasang
 tutugon Ka sa pamamagitan ng tumatanggap ng aking
 .katahimikan

O Ikaw na laging naririyon, laging nababagong
 !kaligayahan

Palayain ang aking isipan mula sa mga pasanin ng
 kawalang-interes at pagkalimot

Hayaan mong lasapin ko ang walang hanggang
 pinagpalang nektar ng iyong presensya

Habang lumalawak ang aking panloob at panlabas na
 katahimikan, ang iyong kapayapaan ay dumarating sa akin
 Susubukan kong laging pakinggan ang alingawngaw ng
 iyong mga yabag na parang kalangitan

Kung tatanggapin kita bilang pinakamalalim na
 kagalakan ng pinakamalalim na pagninilay-nilay

Alam ko noon na ang lahat ng bagay
 Kasaganaan, kalusugan, at karunungan ay ipagkakaloob
 sa akin

Tulungan mo akong mahanap ka
 Sa kaibuturan ng tubig ng aking kaluluwa, nauuhaw sa
 iyo
 pag-ibig

Ang pag-ibig ay ang halimuyak ng mga namumulaklak
 na liryo

At ang koro ng tahimik na mga rosas
 Pagdiriwang ng kagandahan ng kalikasan
 Ang pag-ibig ay isang awit ng kaluluwa na umaawit
 habang buhay

At ang balanseng ritmikong sayaw ng mga planeta

Sa walang hanggang paglalakbay nito sa malalim na
kalawakan

Uhaw sa mga bulaklak ang humigop ng sikat ng araw
At ito ay yumayabong at pinapakain ng elixir ng buhay
Ito ang pananabik ng mundo
Upang pakainin ang uhaw na mga ugat gamit ang gatas
nito

At pag-aalaga sa lahat ng uri ng buhay gamit ang
esensya ng buhay

Ito ang makapangyarihang kalooban ng araw
Upang mapanatiling buhay at aktibo ang lahat ng
nabubuhay na bagay
Ito ang puwersang nagtutulak sa buhay
Upang magbigay ng proteksyon at pangangalaga sa
mga menor de edad
Ito ang ngiti ng kawalang-muwang na pumupukaw ng
pagmamahal ng ama
sa sanggol

At ang awtomatikong pagsuko sa puso ng mga
mangingibig

Magbigay ng libreng serbisyo at pakikiramay
Ito ang pulso ng pagkakaibigan
Ang taong nagpapagaling ng mga pusong sugatan at
nagpapagaling ng mga sugat
Ito ay isang tawag sa puso na hindi kayang ilarawan
Siya ay isang makata na umaapaw sa pagmamahal sa
sangkatauhan

Ang taong nagdurusa sa kanyang paghihirap
Ito ay ang bilog ng pagiging malapit sa isa't isa sa
pagitan ng mga miyembro ng iisang pamilya
Patuloy na lumalawak at lumalawak patungo sa mas
malalaking espasyo

At mas malawak na mga larangan
Ito ang bulong ng buhay
Sa mga abot-tanaw ng mga bukas na isipan

At ang langit ng mga pusong puno ng mga bituin ng
marangal na damdamin

Ang pag-ibig ay kaligayahan ng kaluluwa
Ang inaasam ng mga mapagmahal na kaluluwa

At sabik na siyang maabutan at makausap siya
Mula sa mga archive: Mga quote tungkol sa tagumpay
at matagumpay na mga tao

Maaaring makita ng isang bata ang tagumpay bilang
pagkakaroon ng maraming laruan at manika, at marahil ay
isang maliit na kotse na masasakyan. Maaaring makita ng
isang mahirap na bata ang tagumpay bilang pagkakaroon ng
pera para makabili ng kahit anong gusto nila, habang ang
isang mayamang bata ay maaaring hindi kuntento sa
kanilang mga laruan at kawalan ng kasiyahan. Ang batang
ito, na labis na nabibigatan sa dami ng mga bagay na
.mayroon sila, ay maaaring maging mahirap na pasayahin
Habang tayo'y tumatanda, tinatawanan natin ang mga
hinahangad natin noong bata pa tayo. Kahit na marami sa
mga bagay na pinagsisikapan ng mga matatanda ngayon ay
nawawalan ng dating kaakit-akit bukas o sa makalawa,
.napapalitan ng mga bagong hinahangad
Maipapayo sa isang tao na gamitin ang pagkakaiba sa
pagitan ng kung ano ang kinakailangan at kung ano ang
hindi kinakailangan

Mahalaga ang tagumpay para sa isang tao upang
magkaroon ng mga pangangailangan sa buhay: pagkain,
tirahan, kalusugan, at damit. Kung kulang sila kahit isang
maliit na bahagi ng mga bagay na ito, sila ay nasa isang
.kaawa-awang sitwasyon

Dapat makamit ng isang tao ang pinakamababang
antas ng ginhawa at kaligayahan. Maging espirituwal o
materyalistiko man ang isang tao, walang pag-aalinlangan
na may ilang pangunahing pangangailangan na dapat
matugunan upang mapanatili ang pisikal na kalusugan at
kagalingan. Kung hindi magiging malusog at maayos (kahit

man lang sa sikolohikal na aspeto), hindi makakamit ng
.isang tao ang tagumpay

Ngunit ano ang tunay na tagumpay? Kung nakukuha

man ng isang tao ang lahat ng gusto niya sa buhay,
makakaramdam pa rin siya ng kawalan dahil siya ay isang
kaluluwa, at ang mga materyal na bagay ay hindi
makapagbibigay sa kanya ng kaligayahan, na una sa lahat
.ay isang sikolohikal na estado

May kapangyarihan tayong pasayahin ang ating mga

sarili, tulad ng kapangyarihan nating pahirapin ang ating
mga sarili. Ang sikreto sa tagumpay at kaligayahan ay nasa
iyo. Maaaring mas masaya ka sa iyong simpleng tahanan
kaysa sa isang hari sa kanyang maringal na palasyo. Ang
mga nakakahanap ng tagumpay at kasaganaan sa labas ng
kanilang sarili ay hindi tunay na matagumpay o masaya.

Hindi ito nangangahulugan na ang mga milyonaryo ay hindi
masaya; sa halip, nangangahulugan ito na kung
makakakuha ka ng kaligayahan mula sa buhay, mahirap ka
.man o mayaman, matagumpay ka sa anumang sukatan

Ang panandaliang kasiyahan na tanging panghihinayang

at pagsisisi ay hindi tunay na kaligayahan. Sa tunay na
tagumpay, ang alaala ng pagkamit nito ay nananatiling
buhay kahit na ang unang kagalakan ng tagumpay ay
naglaho. Ang lahat ng mabubuting bagay na nagawa at
patuloy na ginagawa ng isang tao sa kanilang buhay ay
nabubuhay magpakailanman sa kanilang alaala bilang
pangmatagalang kagalakan. Iyan ang tunay na tagumpay na
.nakakamit ng isang tao sa buhay

Ang tagumpay ay hindi isang simpleng bagay; hindi ito

masusukat sa kayamanan o ari-arian ng isang tao. Ang
kahulugan ng tagumpay ay mas malalim pa ryan. Ang tunay
na tagumpay ay masusukat sa kakayahan ng isang tao na
.maging masaya sa anumang sitwasyon

Kapag malinis at panatag ang iyong konsensya, at wala

kang kinikilingan o hindi patas sa sinuman, at kapag ang

iyong kalooban ay matatag at nababaluktot nang sabay, at
mayroon kang maselang pakiramdam at wastong pag-
unawa, at kapag nakukuha mo ang iyong kailangan sa
marangal at lehitimong paraan, kabilang ka sa mga
.matagumpay

Ang isang bata ay kadalasang kuntento na sa ilang
maliliit na bagay, ngunit kapag siya ay lumaki, gusto niyang
magkaroon ng maraming bagay, tulad ng mga villa at kotse,
kahit alam niyang hindi naman kinakailangang masaya ang
.mga may-ari ng mga bagay na iyon

Ang kasiyahan ay nakasalalay sa isang simpleng buhay
at matatayog na kaisipan. Ang mga taong pinapanatili ang
kanilang mga isipan sa larangan ng mga mithiin—ang
larangan ng mga marangal na ideya—ay nakararanas ng
higit na kaligayahan kaysa sa mga taong nakakulong lamang
sa kanilang mga kaisipan sa mga materyal na bagay. Ang
mga abala sa mga materyal na ari-arian at wala nang iba,
ang mga nahuhumaling sa pag-iipon ng mga luho (para sa
.kapakanan ng luho at pagpapasikat), ay hindi tunay na pino
Mas kapaki-pakinabang para sa isang tao ang magbasa
ng mga kapaki-pakinabang na libro at artikulo kaysa mag-
aksaya ng oras sa mga walang kabuluhang gawain. Higit pa
sa pagbabasa ang pagninilay-nilay sa Diyos, pagninilay sa
Kanyang kadakilaan, at pagsisikap na maunawaan ang
walang hanggan at walang katapusang mga misteryo ng
.buhay

Ang layunin ng buhay ay para makilala ng isang tao ang
kanyang sarili, maramdaman ang kosmikong kapaligiran na
pumipintig sa kanyang puso, dumadaloy sa kanyang mga
ugat, at pinupuno ang kanyang pagkatao ng kapayapaan,
pagmamahal, kagalakan, at katahimikan at iyon ang
!pinakadakilang tagumpay
Kagandahan

Ang mga taong may paningin ay hindi pinahahalagahan
ang kagandahan saanman. Ang iba naman ay kumikilos na

parang walang mga mata; hindi sila nakakakita o
nakakaunawa dahil wala silang napapansin, kahit na sa
.magagandang lugar

Ang pinakamagandang kulay sa lupa ay mukhang
pangit at siksik kumpara sa mga kahanga-hangang kulay ng
.planetary o ethereal na mundo

Sa pisikal na antas, natuklasan ng mga tao ang iba't
ibang paraan upang mapahusay ang kanilang biswal na
persepsyon. Limitado lamang ang mga impresyon ng kulay
na natatanggap ng hubad na mata; gayunpaman, ang ilang
mapusyaw na kayumangging bato ay nagpapakita ng mga
kulay na iridescent sa ilalim ng ultraviolet light. Kapag
naharang ang liwanag na ito, ang mga bato ay bumabalik sa
.kanilang orihinal na madilim na kulay

Maraming kulay sa pisikal na mundo, tulad ng asul ng
kalangitan, ay mga ilusyong optikal na nilikha ng repleksyon
ng liwanag sa iba't ibang uri ng mga partikulo. Dahil limitado
lamang ang saklaw ng mga vibration na bumubuo sa lahat
ng bagay sa sansinukob, hindi nakikita ng mga tao ang
banayad at ethereal na spectra na nakatago sa lahat ng
nakapaligid sa kanila. Kung makikita mo ang mga ito,
.mamamangha ka sa kanilang karikitan at kagandahan
Kaya naman, hindi kayang madama ng mata o ng tainga
ang lahat ng maaaring madama. Walang kakayahang
malanghap ng mga tao ang mala-langit at mababangong
amoy o masaksihan ang hindi mabilang na banayad na mga
hugis, imahe, at pinong mga impresyon na dumadaloy sa
.kalawakan ng eter

Kadalasan, hindi kayang madama ng mga tao kahit ang
mga bagay na nasa loob ng kanilang larangan ng pandama
Nang bumisita ako sa Mexico at nakita ang "mga
lumulutang na hardin" ng Lawa ng Zuquemilco, napuno ng
kanilang kagandahan ang aking puso at naramdaman ko ang
.karikitan at kadakilaan ng banal na pintor

May isa pang tao na tila nahuhumaling sa mga likas na kagandahang iyon, ngunit may isang panloob na damdamin na nagmumungkahi sa akin na hindi niya nakikita ang nakikita ko. Tinanong ko siya tungkol sa kanyang impresyon sa mga kaaya-ayang tanawing iyon, at sumagot siya: "Nagiisip ako ng isang epektibong paraan upang maubos ang ".tubig upang makapagsaka ng mas maraming lupain Tinatanaw niya ang lawa mula sa sarili niyang pananaw Kaya lahat tayo ay tumitingin sa mga bagay-bagay ayon sa .sarili nating mga ideya at pagkiling

Ang bawat kaluluwa ay nababalot ng iba't ibang mga bibrasyon o osilasyon ng mga sensasyon, kaisipan, at damdamin, lahat ng mga salik na nakakatulong sa paghubog .ng personalidad o kamalayan ng isang tao

Ang bawat tao ay may iba't ibang kayarian, iba't ibang vibration. Lahat ng nagawa ng isang tao mula pagkabata ay nakaimbak pa rin sa utak bilang mga naka-compress na kapsula ng mga tendensiya at hilig. At dahil hindi natin nakikita ang mga hindi nakikitang kapsulang ito, namamangha tayo sa mga kilos ng mga tao, bawat isa ay .ayon sa kani-kanilang mga kapritso

Ang ilang mga tao ay madaling maimpluwensyahan ng kagalakan nang walang maliwanag na dahilan, o ang kanilang mga damdamin ay nagiging masungit sa mga paraang hindi maipaliwanag, kahit na sa kanilang sarili. Ang iba naman ay palaging abala sa pagpuna, pagkalat ng mga tsismis, at paglalantad sa iba, habang ang kanilang sariling panloob na sarili ay lubhang nangangailangan ng atensyon .at paglilinis

Ang mga sikolohikal na tendensiyang ito ay naglilibing sa kaluluwa at pumipigil sa tao na ipakita ang mga merito ng .kanyang mas mataas na sarili

Kay kumplikado at nakakapagtakda ng sarili ang mga tao! Ang bawat tao ay isang kuwentong may maraming

kabanata, na may magkakaugnay na mga pangyayari at
.magkakaibang mga eksena

* * *

Ang mga iniisip ng pagkabigo ay dapat iwaksi ng mga
positibong kaisipan ng tagumpay at optimismo. Ang mga
takot ay dapat mabawasan sa pamamagitan ng hindi
pagpapalabis. Ang mga kalungkutan ay dapat iwaksi ng
liwanag ng kaligayahan. Ang kabastusan ay dapat madaig
ng kabaitan at konsiderasyon. Ang kalokohan ay dapat alisin
ng pagmamahal at paggalang. Ang mga sakit na iniisip ay
dapat alisin sa trono ng kalusugan sa pamamagitan ng
matinong kaisipan at wastong damdamin. Ang kaguluhan at
pagkabalisa ay dapat lipulin sa pamamagitan ng
pananampalataya at pagpapagana ng mga kapangyarihan
ng isip. Ang isang kaharian ng katahimikan ay dapat itatag
sa kaluluwa upang mahawakan ang pinagpalang presensya
.at madama ang banal na proteksyon

Magbigay ng mapagbigay na espiritu

Panginoon, hayaan Mo akong mapagtanto na ang mga
kasiyahan ng mga pandama ay mababaw at panandalian
.lamang

Habang ang kagalakan ng kaluluwa ay tunay at patuloy
na nagbabago

Narito ang Diyos. Hindi lamang Siya isang salitang ating
binibigkas, kundi ang diwa ng buhay at ang lihim ng pag-iral.

Maaaring hindi natin alam ang buong lawak ng Kanyang
walang hanggang abot, ngunit nararamdaman natin ang
.Kanyang presensya at ang Kanyang pagkatao

Ang Diyos ang katahimikan ng lahat ng bagay kung
saan nasasalamín ang lahat ng bagay at kung saan
nagmumula ang lahat ng naliwanagang kaisipan. Kaya
naman, susubukan kong magsanay ng katahimikan upang
.madama ang Kanyang masayang presensya

Ngayon ay palamutihan ko ang santuwaryo ng
katahimikan ng mga bulaklak ng banal na pananabik at
.tatawag sa Diyos ng pag-ibig at kagalakan
Hinihiling ko sa Diyos na ipakilala ang Kanyang sarili sa
akin sa pamamagitan ng aking mga espirituwal na mata
upang makita ko ang Kanyang liwanag na kumakalat sa
.lahat ng bahagi ng sansinukob

Alam kong nakikinig ang Diyos sa bawat bulong ng
aking pananabik. Siya ang pangkalahatang pag-ibig, at sa
pamamagitan ng banal na pag-ibig ay mahahanap ko Siya,
sapagkat sa pamamagitan ng pag-ibig ang naghahanap ay
lumalapit sa Diyos at umiinom mula sa mga bukal ng
.sagradong kaligayahan

Panginoon, tulungan mo akong mapuno ang aking
katawan ng Iyong kosmikong enerhiya, pagalingin ang aking
isipan nang may pokus at optimismo, at pagalingin ang
aking kaluluwa gamit ang mga espirituwal na pananaw na
.nagmumula sa meditasyon

Sa buhay at kamatayan, sa mga kalungkutan at
kalamidad, ang aking pananampalataya sa Iyo, O Panginoon,
ay nananatiling malakas at hindi natitinag, matatag at hindi
.natitinag

Ang bawat hininga ng aking pananabik at pagsusumamo
ay nagbubukas ng mga pinto at bintana sa aking kaluluwa
.kung saan ako patungo sa kaligayahan ng Diyos
Kung paanong sumisikat ang araw sa pinakamaabalang
mga kalsada, gayundin ko madarama ang mga sinag ng
banal na pag-ibig

Sa lahat ng abalang lugar ng aking pang-araw-araw na
gawain, pagpalain Mo po ako, O Panginoon, upang magising
ko ang aking kaluluwa sa buwang-liwayway at madala ito sa
.Iyong pinagpalang pintuan

O Panginoon, pagkalooban Mo po ako ng mapagbigay
na espiritu upang ibahagi sa iba ang aking mga kakayahan,
at tulungan Mo po akong makita sa tahimik na lawa ng aking

isipan ang repleksyon ng buwan ng aking kaluluwa na
.nagniningning sa liwanag ng iyong presensya

Ngayon ay sisisid ako nang malalim sa dagat ng
pagmumuni-muni at pagninilay-nilay sa Diyos hanggang sa
matagpuan ko ang mga perlas ng karunungan at banal na
.kagalakan

Mamahalin kita, Panginoon, higit sa lahat, dahil kung
wala ka, hindi ko kayang mahalin ang sinumang tao o
.anumang bagay

Sa kaibuturan ng mga bundok at tahimik na kalangitan,
at sa kaibuturan ng aking kaluluwa at ng kweba ng
katahimikan, nararamdaman ko ang presensya ng Diyos at
nararamdaman ang Kanyang patuloy na kagalakan, at
umiinom ako mula sa Kanyang dalisay na mga bukal na hindi
.tumitigil o natutuyo magpakailanman

Sasambahin kita, Panginoon

O ikaw na ang pag-ibig ay pantay

Sa trono ng bawat mabait at mapagmahal na puso

* * *

Hindi naman kinakailangang indikasyon ng mabuting
panlasa ang pera. Maraming mayayaman ang bumibili ng
mga bagay na hindi nila kailangan, na naiipon naman sa
kanilang mga tahanan nang hindi maganda at walang
kwentang tambak. Hindi mo kailangan ng maraming pera
para maging kaakit-akit ang isang bahay; ang panlasa ang
pangunahing elemento. Gayunpaman, ang ideya ng
pagpapaganda ng bahay ay nahuhumaling sa ilang tao, na
humahantong sa kanila na maging nakatuon sa mga
.materyal na bagay at limitahan ang kanilang tiwala sa sarili
Sinumang nabibigatan sa lumalaki at apurahang mga
bayarin ay tiyak na maghahangad ng mas simpleng buhay at
kalayaan mula sa mga presyur sa pananalapi. Ngunit ang
kalayaang iyon ay hindi magmumula sa pagpapadaig sa
katamaran at kawalan ng aktibidad, o pag-iwan sa lahat ng
.bagay nang walang katwiran o lohika

Minsan ay nangyari na ang isang lalaki ay dumanas ng
:matinding kawalan at nagsabi

Naku, kawawa naman ako! Nawala na ang aking"
kayamanan at iniwan na rin ako ng aking asawa, kaya
napagdesisyunan kong iwan na lang ang lahat at maging
".isang ermitanyo

Mga kaibigan ko, hindi iniwan ng lalaking ito ang lahat,
!kundi iniwan niya ang lahat

Ang sikolohikal na kagalingan at ang pakiramdam ng
kasiyahan ay dalawang mahahalagang elemento para sa
pagkamit ng kaligayahan. Matapos suriin at ayusin ang lahat
ng mga pagnanasa, masasabing: "Walang kahirapan sa
pagkuha ng mga kinakailangang materyal na
pangangailangan, at ang kawalan ng kakayahang makamit
".ang mga ito ay hindi makatarungan

* * *

Ang banal na presensya ay nasa mga bituin, sa
mabuting lupa, sa mga tibok ng puso, at sa pintig ng mga
emosyon. Sinumang magpapatuloy sa landas patungo sa
pinagpalang layunin at magnilay-nilay sa Diyos at sa
Kanyang mga kababalaghan ay makikita Siya sa ginintuang
damit ng sansinukob—isang damit ng liwanag na kumakalat
sa walang hanggang kawalang-hanggan—at mararamdaman
ang Kanyang masiglang presensya sa bawat marangal at
.kahanga-hangang kaisipan at sa bawat tibok ng puso
Marami ang nagsalita tungkol sa Diyos, marami ang
naghanap sa Kanya, at marami ang nakabasa tungkol sa
Kanya, ngunit kakaunti ang nakaantig sa Kanyang
presensya. Ang mga nakatikim ng Kanyang kaligayahan ang
.siyang nakakakilala sa Kanya
Pag-iihaw" ng mga binhi ng mga negosyong dulot ng"

kamangmangan

Hinuhubog ng mga tao ang kanilang sariling kapalaran
sa pamamagitan ng kanilang kagustuhan, tinutukoy ang
kanilang kapalaran sa pamamagitan ng kanilang mga

intensyon at kilos. Maaari mong palayain ang iyong sarili mula sa pagdurusa kung pipiliin mo itong gawin. Hindi nais ng Diyos, na ang esensya ay pag-ibig, na ang Kanyang minamahal ay magdusa sa mga pinsala ng sakit bilang resulta ng mga maling kilos at maling pag-iisip. Pinagkalooban Niya ang sangkatauhan ng kapangyarihan ng pag-unawa at kalayaan sa pagpili. Gayunpaman, dahil sa mga maling desisyon at hindi matalinong pagpili, ang mga tao ay nagdudulot ng pagdurusa at sakit sa kanilang sarili at .sa iba

Dapat kang maging malaya at huwag hayaang may magdikta sa iyong mga desisyon o mangibabaw sa iyo. Huwag hayaang pigilan ka at kontrolin ng iyong kapaligiran, kaugalian, o mapaminsalang tradisyon ang iyong pamumuhay. Kumilos nang may karunungan, pakinggan ang iyong konsensya, at isaalang-alang ang mga kahihinatnan ng iyong mga aksyon bago simulan ang anumang pagsisikap. Iwasang makapinsala sa iba sa pamamagitan ng iyong hindi wastong pag-uugali, at humingi ng tulong at .patnubay ng Diyos

Hangga't ang isang tao ay biktima ng galit, selos, at inggit, hindi sila malaya. Dapat silang maging mga panginoon ng kanilang mga emosyon at kilos, at palayain ang kanilang sarili mula sa mapanirang mga likas na ugali, .walang pigil na mga pagnanasa, at maling mga pagnanasa Kung ikaw ay lubos na tapat sa iyong sarili, ang karunungan ay susuporta sa iyong pag-iisip, ang katuwiran ay gagabay sa iyong desisyon, at ang pang-unawa ay .magbibigay-liwanag sa iyong isipan

Ang mga binhi ng mga nakaraang kilos na dulot ng kamangmangan ay dapat "ihawin" sa apoy ng pagninilay at karunungan upang hindi na muling sumibol at lumago. Ito ang paraan upang maitaboy at mapigilan ang mabangis na .pag-atake ng panlilinlang

Ang kosmikong ilusyon - o si Satanas - ay nilililang ang
tao gamit ang mga maling pangako at mapang-akit na tukso
upang habulin ang malikmatang kasiyahan ng laman, at
kinokontrol ang kanyang mga kakayahan dahil ipinapangako
niya sa kanya ang makamundong kaligayahan na walang
katotohanan, at sa gayon ay nagsusumikap na pigilan siyang
matikman ang mga bunga ng tunay na kaligayahan na
.sagana sa mga hardin ng kaluluwa

Alam ng matatalino ang pagkakaiba ng katotohanan at
ilusyon at mahusay sa pag-unawa. Habang mas malalim
silang sumasaliksik sa pagmumuni-muni, nagiging malalim
ang kanilang kamalayan sa kahalagahan ng malayang
pagpapasya at ang pangangailangang gamitin ang kalayaan
sa pagpili upang gawin ang tama at maiwasan ang mga kilos
na may mapaminsalang kahihinatnan at hindi kanais-nais na
.mga resulta

Pang-araw-araw na pagninilay-nilay
Ngayon ay aking babasagin ang imahe ng
kamangmangan na dumudungis sa santuwaryo ng kaluluwa
sa loob ko, at aking aalalahanin na ang kabanal-banalang
liwanag ng Diyos ay patuloy na sumisikat sa aking pagkatao
at pinapawi ang kadiliman ng ilusyon mula sa aking isipan at
.kaluluwa, at na Siya na lumikha sa akin ay hindi ako iniwan

Sa ilalim ng bawat alon ng buhay ay naroon ang
masaganang karagatan ng banal na presensya, at sa likod
ng bawat pintig ng puso ay naroon ang walang hanggang
.dagat ng kosmikong pakiramdam

Gabi-gabi kong sisiguraduhin sa sarili ko na hindi ako
ang katawan

Bagkus, ang espiritu na nananahan sa katawan

At ang aking espirituwal na pagkatao ay walang

hanggang imortal

Paggising ko, maaalala kong kumpirmahin itong muli

Sa istruktura ng pagtulog, ako ay gagaling at
magpapanibago ng aking lakas, ngunit hindi iyon sapat.

Kailangan ko ng isang santuwaryo ng katahimikan at
pagmumuni-muni kung saan ako maaaring magpahinga
araw-araw upang galugarin ang mga abot-tanaw ng aking
.kamalayan at tuklasin ang mga lihim ng aking kaluluwa
Alam kong sigurado na hindi ako pinababayaan ng Diyos

kahit isang sandali, at anuman ang aking materyal na
kalagayan, nananatili akong mayaman sa Diyos dahil ang
kasaganaan ng Kanyang biyaya ay patuloy na dumadaloy sa
.akin

Ang pag-ibig ay tahimik na panawagan ng Diyos sa
lahat ng nabubuhay at walang buhay na nilalang upang
.bumalik sa tahanan ng Kanyang kaisahan
Ang pag-ibig ay isinilang sa mga hardin ng pag-unlad at
pagpapanibago, kaya naman palagi kong sisikaping
panibagoin ang aking sarili at himukin ang aking espiritu na
.sumulong sa landas ng tagumpay

Ngayon ay iiwasan ko ang dalawang sukdulan: ang
kapalaluan at ang negatibiti, at aalalahanin ko na ang Diyos
ay gumagawa sa pamamagitan ko at kung mahahawakan ko
ang Kanyang presensya ay magiging ligtas ako mula sa
.lahat ng kasamaan

Napagtanto ko na ang layunin ng buhay ay kaligayahan,
hindi ang makasariling kaligayahan na nag-aalis ng iba,
kundi ang kaligayahang kinabibilangan nila at lumalakas sa
.pamamagitan ng pagpapasaya sa kanila

Sa likod ng buwan ay ang pinakadakilang kabilugan ng
buwan, sa likod ng araw ay ang kapangyarihan at sigla ng
Diyos, at sa likod ng isip ng tao ay ang pangkalahatang isip.
Kaya naman, hindi ko lilimitahan ang aking sarili sa maliit na
"sarili: "ang ego

O Panginoon, kung hahanapin Ka namin nang buong
puso, bubuksan Mo ang mga pinto para sa amin at ibibigay
Mo sa amin ang lahat ng kailangan namin upang mapalapit
.sa Iyo at makilala Ka

Pananatilihing bukas at bukas ang aking isipan, at saka
ko makikita ang Diyos sa lahat ng marangal at kahanga-
hanga, at matatanto ko na ako ay nasa mahalagang
.pakikipag-ugnayan sa Kanyang pinagpalang presensya
Kapag iminulat ko ang aking mga mata sa kagalakan ng
pagmumuni-muni, ang kadiliman ay maglalaho at ang
liwanag ng pananampalataya ay magdadala sa akin sa
.kaharian ng mga ilaw kung saan naghihintay ang Diyos
Aalalahanin ko na ang kamangmangan ang
pinagmumulan ng lahat ng pisikal, mental, at espirituwal na
karamdaman. Kaya naman, aking aalisin ang kadiliman ng
kamangmangan sa pamamagitan ng pagmasdan ang
.liwanag ng Diyos
Ngayon ay makikipag-ugnayan ako sa mga kaibigan ng
karunungan sa pamamagitan ng kanilang mga aklat at mga
turo. Papasok ako sa mga pinto ng seryoso at mapagnilay-
.nilay na pag-aaral
Sa mga kamangha-mangha at kahanga-hangang mundo
ng pag-iisip, babasahin ko ang mga nakasisiglang aklat at
materyales tungkol sa Diyos, ang pinagmumulan ng lahat ng
.inspirasyon at magagandang ideya
Pinagkalooban ng Diyos ang bawat isa sa atin ng
natatanging kapangyarihan upang lumikha ng isang bagay
na pambihira na wala ang sinuman. Ito ay ang
kapangyarihan ng malikhaing inisyatiba, at samakatuwid ay
gagawin ko ang aking makakaya upang linangin ang
.kapangyarihang iyon
O aking minamahal na Diyos, alam kong taglay ko ang
kislap ng kabanalan sa aking sarili, kaya naman walang
pagod kong isasagawa ang aking mga gawain, at ang
karaban ng aking buhay ay magpapatuloy sa paglalakbay
nito, batid na ang Iyong walang hanggang malikhaing
kapangyarihan ay tumutulong sa akin, nagpapaangat sa
.aking ambisyon, at nagpapatibay sa aking determinasyon

Ngayon ay pag-iisipan kong mabuti bago kumilos. Ang
ugali ay bunga ng iba't ibang kilos, at ang mga kilos ay
maaaring husgahan batay sa epekto nito sa pag-iisip, kaya
gagawin ko ang aking makakaya upang palayain ang aking
.sarili mula sa masasamang gawi

Panginoon, tulungan mo akong palakasin ang aking
kalooban at huwag hayaang alipinin ako ng mga
nakagawian. Gabayan mo ako upang mapaunlad ko ang
aking espirituwalidad sa pamamagitan ng panloob at
.panlabas na disiplina

Walang seguridad kung wala ang Diyos, walang
kaligayahan kung wala Siya, walang pag-ibig kung wala Siya,
walang kapayapaan kung wala Siya, walang buhay kung
.wala ang Diyos

Ang aking pagbati sa iyo
Kinuha ko ang mga himig mula sa mga kanta
At ang mga magiliw na damdamin ay nagmula sa mga
tula at taludtod

Ang elixir ay kinuha mula sa nektar
At naamoy niya ang halimuyak ng mga bulaklak at rosas
Kinuha ko ang mga ideya mula sa lahat ng isipan
At dinala ko ang espiritu mula sa aking pag-ibig
At natanggap ang simponya ng mga kalangitan
At humugot ako ng lakas mula sa lahat ng buhay
Inalis ko ang Iyong awa mula sa lahat ng aking mga
pagsusumamo

At itinanim ko ang iyong pagmamahal sa aking puso
At nahuli ko ang diwa ng katahimikan
At kinuha ko ang pananabik at pagnanasa mula sa
palayok ng aking debosyon

At dinala ko silang lahat sa iyo
?Bakit hindi ka lumabas sa pinagtataguan mo
At tinanggap mo ang aking mapagpakumbabang mga
?handog mula sa aking sarili
Guro Paramhansa Yogananda

Ang kwento ng itim na ubas
Ayon sa isinalaysay ng gurong si Paramhansa
Ang magagandang patunay ay minsan nagmumula sa
maliliit na hangarin

Minsan, habang nasa Boston ako kasama ang isang
kaibigan, nakakita ako ng isang malaking kumpol ng mga
itim na ubas at gusto ko itong bilhin, ngunit nagkakahalaga
ito ng \$3 [mahigit pitumpung taon na ang nakalilipas], at
"!may narinig akong nagsabi, "Hindi ba siya maaksaya
Nagpasya akong huwag nang bumili ng mga ubas, at
nang makatanggap ako ng panloob na kumpirmasyon, sinabi
ko sa aking sarili: "Alam ng Diyos na gusto ko ang mga ubas
"na iyon at bibigyan Niya ako muli ng mga ubas
Pagkalipas ng halos anim na buwan, isang gabi,
pumunta ako sa isang tindahan ng prutas at bumili ng ilang
ubas na katulad ng mga nakita ko na noon, dahil
nakalimutan ko ang pangako ko sa aking sarili na
maghihintay ako hanggang sa bigyan ako ng Diyos ng mga
ubas. Agad kong narinig ang banal na tinig sa loob ko na
".nagsasabing, "Ibalik mo ang mga ubas na iyan
Lumington ako at sinabi sa tindero, "Bigyan mo ako ng
honeydew melon sa halip na ubas." Tila nalilito ang lalaki,
ngunit sinunod niya ang aking sinabi, at umalis ako dala ang
.melon

Pag-uwi ko, nagulat ako nang makakita ako ng isang
kahon na naglalaman ng dalawang kumpol ng itim na ubas
na walang nakadikit na etiketa, na pumukaw sa aking
kuryosidad na malaman kung sino ang nagbigay sa akin ng
mga ito. Sa loob ng isang buwan, sinubukan kong alamin
kung sino iyon, at isang araw ay narinig ko muli ang tinig ng
Diyos, na tinitiyak sa akin na sasabihin sa akin. Isang gabi,
habang nagbibigay ako ng lektura, isa sa mga estudyante sa
madla ang nakakuha ng aking atensyon, at sinabi ko sa
kanya, "Sinabi sa akin ng Diyos na ikaw ang nagbigay sa
".akin ng mga ubas

Sumagot siya ng hindi, ngunit kalaunan ay inamin niya
sa akin ang nangyari, habang siya ay nagmumuni-muni ay
nakakita siya ng isang malaking liwanag at isang kamay na
may hawak na ilang itim na ubas, at ang pinakamalakas na
naisip niya ay dapat siyang pumunta at bumili ng mga ubas
.na iyon para kay Yogananda

Sinabi niya na bumili siya ng isang kumpol at
pagkatapos ay isa pa, kahit na naniniwala pa rin siya na ang
pangitain ay maaaring isang halusinasyon lamang.

Pagkatapos ay nanalangin siya [upang malaman ang
katotohanan] at naging malinaw sa kanya na ang pangitain
ay totoo at na mula sa Diyos ang nagnais na bilhin niya ang
.mga ubas na iyon at ibigay ang mga ito sa akin

Isang kakulangan na mahirap punan

Panahon na para paganahin ng tao ang mga
kapangyarihang naghahayag ng mga katotohanan sa loob
niya, dahil ang kaligayahan ay nauugnay sa paghahayag na
iyon. Ang mga nagnanais na maabot ang mga personal na
abot-tanaw na iyon ay dapat gumawa ng mga
makabuluhang pagsisikap at pakainin ang isipan ng mga
malikhaing ideya upang mahawakan ang mga katotohanang
inilagay ng Diyos sa loob nila at makinabang mula sa mga
pinagpalang kapangyarihang nananagana sa kanilang
.pagkatao

Sinumang nagnanais na masiyahan ang pisikal na
pandama nang hindi nalalasan ang nektar ng espirituwal
na kaligayahan mula sa banal na bukal, ang pinagmumulan
ng lahat ng kasiyahan at kagalakan, ay nalulugi at ang
.kanyang intelektuwal na ani ay magiging kaunti

Ang mga nagnanais makilala ang Diyos ay matutupad
ng Diyos ang kanilang hiling dahil Siya ay mapagbigay at
maawain. Gayunpaman, karamihan sa mga tao ay hinahabol
ang mga makamundong pagnanasa, inaaliw ang kanilang
sarili sa pamamagitan ng materyal na kaligayahan na hindi

nagtatagal, at sila ay nagdurusa dahil sa hindi pagkamit nito
!o dahil sa pagkamit nito

Kahit ang mga matagumpay sa pananalapi ay
makakaramdam din ng kakulangan sa kanilang buhay na
mahirap punan, habang ang mga taong iniuugnay ang
kanilang buhay sa Diyos ay mayaman, makapangyarihan, at
.nagtatamasa ng kasiyahan at kasaganaan
Ang pagbalewala sa mga utos ng karunungan at hindi
pagpansin sa tinig ng konsensya ay humahantong sa
baluktot, madulas, mapanganib, at miserableng mga landas,
habang ang pagsunod sa landas ng katuwiran ay
humahantong sa paglaya mula sa mga gapos at sa
pagtatamo ng kapangyarihang gawin ang tama, hindi ang
idinidikta ng mga maling likas na ugali at nakaliligaw na mga
.gawi

Ang mga naghahanap ng kaligayahan ay makikinabang
mula sa karanasan ng matatalinong tao na nakayanan ang
mga problema sa buhay at nakahanap ng mga solusyon sa
mga ito

Tunay nga, sinumang naaayon sa mga banal na layunin
ay lumalangoy sa dagat ng kasiyahan at katahimikan, at siya
.ay tunay na mapalad

Sinumang nag-iisip sa Diyos, iniisip din siya ng Diyos,
pinupuno ang kanyang buhay ng mga pagpapala at
.binibigyan siya ng lasa ng nektar ng kaligayahan
Manalangin tayo sa Diyos na Siya ay pumasok sa ating
mga kaluluwa

Ginigising nito ang mga espirituwal na pananabik sa
ating mga puso

Tunay nga, ang banal na pagsasama ay isang
kasiyahang nakahihigit sa lahat ng iba pang kasiyahan
Mapalad ang taong kayang hawakan ang kosmikong
puso

Kapag ang disipulo ay nalulula sa pananabik na pag-
isahin ang kanyang buhay

Nang may lubos na kamalayan
Nararamdaman niya ang kahalagahan ng pagtakas sa
mga limitasyon sa materyal na aspeto
Kumokonekta gamit ang mga transparent at
nakapagpapagaling na vibrations
At kapag ang kanyang pagnanais ay naging mas mapilit
Binubuksan ng Diyos ang isang sipi sa kanyang kaluluwa
Nilalanghap niya ang makalangit na halimuyak
At sa pamamagitan nito, nasisilip niya ang banal na
liwanag
Ang mga murang tukso ay nawawalan ng kanilang
kaakit-akit
Ang kanyang kaluluwa ay kumakain sa mga pananaw ng
napakasarap na tamis
At habang itinuturo niya ang kanyang mga pandama
patungo sa pinagmumulan ng pinakamatamis na bunga ng
gnosis
At ang matingkad na pagdama sa pinakamaluwalhating
presensya
Nabubuhay siya sa mundong ito nang hindi nakatali dito
Ang kanyang kagalakan ay higit pa sa kagalakan ng
isang taong nakatagpo ng kayamanan ng mahahalagang
hiyas
Kaya sino ang determinadong malaman ang tungkol sa
?koneksyon niya
Ang buhay na tagsibol na iyon
Ito ay lubos na naaayon sa layunin ng buhay
Sa bawat pagsisikap niya ay sinasalubong ng
napakaraming biyaya at suporta mula sa Diyos
Siya na hindi tumitigil sa pag-iisip at paghahanap ng
sikreto ng mga sikreto
Hindi niya kailanman nakakalimutan ang ninanais na
layunin
Nawa'y gantimpalaan ng Diyos ang kanyang mga
pagsisikap

Ginagantimpalaan niya ito para sa kanyang mga
pagsisikap

At bibigyan siya ng malinaw na tagumpay
Magnetismo: Ang pag-unlad, mga balakid, at mga
benepisyo nito

Maaaring malinang ng isang tao ang magnetismo na
kanilang napili, maging ito man ay upang maakit ang kataas-
taasang kapangyarihan ng Diyos, upang magkaroon ng mga
kakayahang pangkaisipan, o upang maakit ang mga
.pangangailangan sa pang-araw-araw na buhay

Binigyan ng Diyos ang sangkatauhan ng katawan, at
dapat natin itong pangalagaan. Ang mga naglililang at
gumagamit ng kanilang pisikal na magnetismo para lamang
sa materyal na ari-arian at mental na lakas ay malililang sa
huli. Gayunpaman, ang mga naglililang ng kanilang
espirituwal na magnetismo ay makakatagpo ng pinagpalang
kapangyarihan na tumutugon sa kanilang mga
pangangailangan at tumutupad sa lahat ng kanilang
.materyal na mga hangarin

Mayroong isang pangkalahatang batas na epektibo, at
naranasan ko ito sa aking buhay at nakumpirma kong
.epektibo ito

Mahalaga para sa isang tao na magkaroon ng malakas
at malusog na katawan na tumutugon sa mga utos ng isip.

Isipin ang isang taong tamad at walang motibasyon na
pumapasok sa trabaho nang walang ambisyon o enerhiya,
pagkatapos ay isipin ang isang kabayong handang tumakbo
sa karerahan sa sandaling makatanggap ito ng hudyat na
.magsimula. Ganoon dapat ang katawan

Minsan napapansin natin ang ilang matatanda na nasa
mabuting kalusugan at may enerhiya ng kabataan. Ang
kanilang mga katawan ay mukhang bata at puno ng
magnetismo, at sa kabila ng kanilang edad, mayroon silang
.kaakit-akit na mga personalidad

Nakakaubos ng enerhiya ang pagyuko nang pagyuko.

Obserbahan kung paano umupo ang mga tao sa kanilang mga upuan; ang ilan ay tila nakayuko at inaantok, kaya't sa sandaling makita mo sila, pakiramdam mo ay pagod ka na.

Ang iba naman ay nakaupo nang tuwid, at alam mong mayroon silang masiglang presensya; sa sandaling tingnan .mo sila, nakakakonekta ka sa kanila

Ang mga taong hinahayaang umupo nang nakayuko at pabaya ay nakadaragdag sa pagkurba at pagyuko ng gulugod dahil sa maling postura. Ang ganitong uri ng pagupo ay nakakaapekto rin sa sikolohikal na kalagayan at nagtataguyod ng negatibong pag-iisip. Ang mga taong nakaupo nang tuwid at may maayos na postura ay mas .positibo at optimistiko

Ang mga hindi – dahil sa mga espesyal na pangyayari – ay maaaring makaupo nang tuwid sa pamamagitan ng kanilang optimismo, positibong pananaw, at matibay na .presensya sa pag-iisip

Palaging ituan ang iyong isip sa anumang iyong ginagawa, gaano man ito kaliit o kawalang-halaga, habang pinapanatiling flexible ang iyong isip upang makapaglipat ka sa ibang interes kung kinakailangan. Ngunit higit sa lahat, gawin ang lahat nang may lubos na konsentrasyon, dahil .lubos nitong mapapahusay ang iyong karisma

Karamihan sa mga matagumpay na negosyante sa anumang larangan ay alam kung paano gamitin ang magnetikong kapangyarihan. Ang pagpipigil sa sarili ay nagbibigay ng magnetikong impluwensya, gayundin ang pagkakaroon ng balanseng isip na hindi naaapektuhan ng mga emosyon at impulso. Ang mga emosyonal na impulso ay dapat na maging lakas—tungo sa aktibidad ng pag-iisip— at ang karunungan ay dapat na gumabay sa mga emosyon .upang maipakita ang magnetikong kapangyarihang ito

Ang katalinuhan na sinamahan ng emosyon ay lumilikha ng magnetismo. Ang isang taong may magnetismo ay

nagsasalita nang may kumpiyansa. Nagsasalita sila nang makatwiran, ngunit hinahalikan ang kanilang mga salita ng damdamin. Dapat tayong maging tapat sa lahat ng ating sinasabi at ginagawa, ngunit ang katapatan ay hindi .nangangahulugang inisin o ipahiya ang iba

Ang mga gulay at prutas ay nagtataglay ng mga magnetikong katangian, lalo na ang mga prutas, na hindi nakakasagabal o nakakasagabal sa panunaw. Sa kabaligtaran, ang labis na pagkonsumo ng mga protina at starch ay nakakatulong sa akumulasyon ng mga lason sa katawan. Ang anumang may sakit na organ ay lilikha ng kawalan ng balanse sa katawan. Ang tiyan, sa partikular, ay dapat panatilihing malusog at gumagana nang maayos; halimbawa, ang gas sa tiyan ay nagdudulot ng kakulangan sa ginhawa at sa gayon ay negatibong nakakaapekto sa mga .magnetikong katangian nito

Ang pagkain ng maraming pagkain ay may hindi kanais-nais na mga kahihinatnan, habang ang pag-aayuno ay maaaring magpahusay ng karisma ng isang tao, gayundin ang paminsan-minsang paglaktaw ng mga pagkain. Gayunpaman, hindi ito nangangahulugan ng pagpapagutom sa sarili hanggang sa puntong makasama sa kalusugan ang sarili. Ang mga kumakain ng karne nang tatlong beses sa isang araw ay may mahinang paningin at nababawasan ang karisma. Gayunpaman, hindi sapat ang wastong nutrisyon lamang; mahalaga rin ang matinong pag-iisip, marangal na .pag-uugali, at matuwid na pag-uugali sa buhay

Umaasa akong makausap ka sa hinaharap tungkol sa epekto ng magnetismo sa iba at tungkol sa higit pa sa mga .sikreto nito

At nakikita kitang namumulaklak sa hardin ng aking
pag-ibig

Ramdam kita sa kaibuturan ng aking mga iniisip

Ramdam ko ang iyong presensya sa aking

pinakamalalim na damdamin

At nakikita kitang namumulaklak sa hardin ng aking
pag-ibig

Punuin mo ako ng halimuyak ng iyong presensya
Nawa'y masiyahan ako sa iyong pinagpalang halimuyak
Halika sa akin mula sa kabila ng langit at mga bituin
At mga iniisip at nararamdaman
Ipakita mo sa akin ang iyong pinakabanal na mukha
Hayaan mong maramdaman ko ang iyong presensya sa
aking kaluluwa

At ang mga nakapaligid sa akin
Kahit saan
Hinanap kita sa paglipas ng mga panahon at panahon
Sa mga landas ng mga hangarin at ambisyon
At ngayon napagtanto kong ikaw ay nananahan sa loob
ko

At ito ang nagbibigay inspirasyon sa aking
pinakasagradong damdamin
Huwag ka nang magtago sa akin
Sa likod ng mga bulaklak ng emosyon
Mga saloobin at ang pulso ng kaluluwa
Palamutihan mo ang aking kaluluwa ng mga hiyas ng
iyong karunungan

At ipagkaloob mo sa akin ang mga simoy ng iyong
kaligayahan

Alisin mo sa akin ang kadilimang bumabalot sa iyo
Tungkol sa aking paningin at aking pag-unawa
O Ikaw na nasa kabila ng mga bituin at bughaw na
langit

At lampas sa mga patong ng atmospera at lahat ng
nilalang at nilalang

Tanggapin ang aking mga bulong ng pag-ibig
Ilubog mo ang aking pagkatao sa iyong pagmamahal, sa
iyong liwanag, at sa iyong kapayapaan
Ang liwanag na iyon at ang mga kayamanan ng
kawalang-hanggan

Darating ang araw na magpapaalam ako sa mundong ito, ngunit habang ako'y nabubuhay pa rito sa mundong ito, ang pinakamalaking kagalakan ko ay ang pagsasalita tungkol sa mga kababalaghan ng Diyos sa mga nagtitiwala sa akin, at ang aking hangarin ay ang pagpaparami ng kanilang pananabik para sa banal na liwanag na nagbigay sa .akin ng di-mailarawang ginhawa, kalayaan, at seguridad. Ang kasaysayan ng sansinukob, sa lahat ng maliliit na detalye nito, ay napanatili sa mga kublihan ng kawalang-hanggan. Iyan ay isa pang dimensyon. Dito sa limitadong mundong ito, nauunawaan natin ang haba, lapad, kapal, at taas, ngunit may isa pang antas kung saan ang mga dimensyong ito ay hindi umiiral. Lahat ay malinaw sa ethereal na antas na iyon—lahat ay kamalayan at kamalayan. Ang panlasa ay isang sensasyon, gayundin ang pang-amoy. Ang ating mga damdamin, kaisipan, at katawan ay pawang kamalayan. At tulad ng ating nakikita, naririnig, naaamoy, nalalasaan, at nahahawakan sa mga panaginip, gayundin natin mararanasan ang lahat ng mga sensasyong ito nang may dalisay at malinaw na kamalayan o pakiramdam sa mas matataas na kaharian. Ito mismo ang nakikita ko ngayon habang nagsasalita ako sa sandaling ito. Wala ako sa katawang ito; sa halip, ako ay bahagi ng lahat ng umiiral. At ang mga bagay na nakikita ko ay kasing totoo .sa akin tulad ng pagiging totoo mo sa akin.

Kailangang magising ang isang tao upang makita ang Diyos sa lahat ng dako at malaman ang pagkakaiba ng panaginip at realidad. Madalas kong nakikita ang kawalang-hanggan sa lugar kung nasaan ako, at nakikita ko ang lugar na iyon sa kawalang-hanggan. Lahat ay humihiram ng buhay .mula sa walang hanggang bukal na iyon.

Noong bata pa ako, nakaupo ako at nanalangin araw at gabi, ngunit walang sagot. Sa isang banda, nakita ko ang sangkatauhan, at sa kabilang banda, ang kawalang-hanggan, na hindi nagsasalita sa akin. Bagama't inakala

kong nag-iisa ako at iniwan ako ng lahat, hindi ako pinabayaan ng Diyos, sapagkat Siya ay laging kasama ko sa lihim—sa likod ng aking mga iniisip at damdamin. At nang makita ko ang liwanag sa loob ko, ang aking kaluluwa ay .mahiwigang napuno ng pinagpalang banal na halimuyak Nakikita ko ang mga ugat ng mga puno at ang dagta na dumadaloy sa mga ito, at naramdaman kong malapit ako sa

Diyos, na umaliw sa akin at nagpagaan ng aking puso. Nanalangin ako at tumawag sa Kanya nang paulit-ulit, araw at gabi, at nang mawalan ng kinang at kahulugan ang mga bagay para sa akin, tinalikuran ko ang mundo at ang lahat ng nilalaman nito, kasama na ang kaligayahan, sa takot na baka ito ay materyal lamang. Pagkatapos ay natagpuan ko .ang Diyos, na kasama ko ngayon, palagi

Maaaring iwan ako ng mundo, ngunit hindi ako pababayaan ng Diyos kahit isang sandali. Ang Diyos ang lahat. Ang bulwagang ito at ang sansinukob sa paligid nito ay lumulutang na parang mga gumagalaw na imahe sa screen ng aking kamalayan. Tumitingin ako at wala akong nakikita kundi ang dalisay na espiritu, ang malinaw na liwanag, at ang banayad na kamalayan. Ang imahe ng aking katawan, ang mga imahe ng iyong mga katawan, at lahat ng bagay sa mundo ay nagmumula sa iisang banal na liwanag na iyon. At kapag nakita ko ang liwanag na iyon, wala na .akong ibang nakikita

Kapag tiningnan mo ang screen, makikita mo ang mga gumagalaw na imahe, ngunit kapag lumingon ka pabalik (sa isang tradisyonal na sinehan), makikita mo lamang ang isang sinag ng liwanag na tumatama sa screen. Parang hindi .kapani-paniwala, ngunit totoo

Dati akong nagsasalita tungkol sa mga bagay na ito, ngunit ngayon ay hindi na ako nagsasalita sa mga taong walang pakialam o walang pakialam. Ngunit pinayagan ako ng Diyos na magsalita sa inyo sa pagkakataong ito upang

malaman ninyo na walang anumang bagay na sulit para sa
 .buhay maliban sa Diyos
 Ang lahat ay panandalian. Ipagdasal ang mga natitira at
 .hindi lilipas
 Narito ang isang bouquet ng mga bulaklak ng pag-ibig
 Ang pagmamahal natin sa iba ay makakamit
 Salamat sa iyong mapagbigay na kamay
 Sa lakas ng damdamin ng pag-ibig
 Kung gayon, bigyan mo kami ng inspirasyon na ipakilala
 sa iyo
 Ang aming nag-uumapaw na pagmamahal at nag-aalab
 !na pananabik
 Binigyan mo kami ng mga ama at ina
 Mga kapatid
 mga pinsan
 kapareha
 Mga bata at kaibigan
 Siguro matututunan natin kung paano ka mahalin
 May iba't ibang ekspresyon at banayad na natural na
 pagkakaiba
 Para sa lahat ng uri ng ugnayan ng tao
 ,O walang hanggang mapagmahal
 !O Kataas-taasang Kapitbahay
 Turuan mo ako kung paano magtirintas ng bouquet
 Mula sa lahat ng mga bulaklak ng pag-ibig ng tao
 At inilalagay ko ito bilang handog sa iyong pinagpalang
 templo
 Pero kung hindi ko kaya
 Mula sa pagpapakita ng buong pakete sa iyo
 Dahil sa dami at pagsasanib ng mga katapatan
 Pipitasin ko ang isang bulaklak
 Isa sa pinakamaganda at pinakasariwang mga bulaklak
 At inilalagay ko ito sa iyong pinagpalang pintuan
 !Sana tanggapin mo ito mula sa akin
 Mga tusok ng buhay at biglaang dagok

O Panginoon ng pangkalahatang batas
Tulungan mo akong tiisin ang aking mga sugat at peklat
Ipinanganak mula sa mga sakuna at paghihirap
Mga medalya at dekorasyon ng disiplina
Ipinagkaloob sa akin ng kamay ng Iyong banal na
hustisya

Siya na hindi nakakaalam ng paboritismo
Hayaan ang aking pang-araw-araw na pakikibaka na
magsilbing panlunas sa ilusyon at panlilinlang
At para alisin sa akin ang mga maling pag-asa para sa
isang maling makamundong kaligayahan
Kung sana'y ang mga luhang ibinuhos ko dahil sa
kabastusan ng iba
Hugasan ang mga nakatagong bahid at dungis sa aking
isipan

At hayaang bumukas ang bawat matalim na hampas ng
piko ng pagkagambala
Bagong lalim ng karunungan at pang-unawa sa loob ko
Sana'y takutin ako ng kadiliman ng siksik na materyal
na pag-iral na ito

Upang ako'y magmadali sa paghahanap ng mga abot-
tanaw ng iyong kadalisayan at ng iyong nakapagpapagaling
na liwanag

Ang mga tusok ng buhay at mga biglaang dagok ay
pumipilit sa akin

Upang ako'y sumigaw, humihingi ng iyong tulong
At upang matuklasan ang masasakit na pangyayaring
nakaukit sa lupa ng aking buhay
Tungkol sa patuloy na umaagos, masaganang bukal ng
iyong aliw

Kung sana nasa iba ang kapangitan ng kagaspangan
Pinipilit ako nitong palamutian ang aking sarili nang may
kahinahunan at kabaitan

At hayaan ang masasakit na salita ng aking mga
kasama na ipaalala sa akin na gumamit lamang ng
matatamis na salita

Kahit na batohin pa ako ng masasamang isipan

Kaya hayaan ninyong tumugon ako nang may
palakaibigang mga misil na may mabubuting intensyon

Parang puno ng jasmine na nagkakalat ng
mababangong bulaklak nito

Sa kamay na nagbababa ng palakol sa puno nito

Kaya, hayaan mong ikalat ko ang mga talulot ng rosas

ng pagpaparaya

Sa lahat ng taong tinatrato ako nang may lamig at poot

Paano mamuhay nang mapayapa at tahimik sa

mundong ito

Ang buhay na ito sa mundo ay hindi ang tila. Huwag

mong ilagak ang iyong tiwala rito, sapagkat ito ay pabago-

bago, mapanlinlang, at puno ng mga pagkabigo at mga

nasirang pag-asa. Hindi matatagpuan ang perpekto rito.

Ayokong bigyan ka ng isang hindi makatotohanang larawan

ng buhay. Ang mundong ito ay hindi paraiso. Ito ay isang

banal na laboratoryo kung saan sinusubok ng Diyos ang mga

kaluluwa upang makita kung malalampasan nila ang

masasamang pagnanasa gamit ang kabutihan at gagawin

Siya—ibig sabihin, gagawin ang Diyos—na kanilang

pinakamalaking hangarin, upang sila ay makabalik sa

.Kanyang kaharian

Ang buhay ay puno ng lahat ng uri ng trahedya at

komedya, mga kalamidad at mga komedya. Ito ay isang

malawak, patuloy na nagbabago, at maraming aspeto ng

palabas na may hindi mabilang na anyo. Walang dalawang

bagay na magkapareho. Ang buhay ng bawat tao ay

natatangi. Bawat isa ay may iba't ibang katangian, iba't

.ibang pag-iisip, at iba't ibang pagnanasa

Kung haharapin natin ang parehong mga pagsubok

araw-araw, tayo ay magsasawa at mapapagod sa buhay

Kahit ang Paraiso, kung ito ay palaging pareho, hindi natin ito gugustuhin Gustung-gusto natin ang pagkakaiba-iba at pagkakaiba-iba Kung ang Paraiso ay nakakabagot, ang mga banal ng Diyos at mga taong banal ay nananalangin na bumalik sa Daigdig upang aliwin ang kanilang mga sarili! Ang Paraiso ay patuloy na binabago sa pinakakaaya-ayang paraan, habang ang Daigdig ay madalas na patuloy na binabago, ngunit sa isang nakakabagot at hindi kanais-nais .na paraan

Gayunpaman, sa kabila ng katotohanang ang buhay ay nakakapagod at mahirap, karamihan sa mga tao ay nasasanay na rito, naniniwalang wala nang ibang paraan para mabuhay. Dahil hindi nila kayang ihambing ang buhay na ito sa espirituwal na buhay, hindi nila natatanto ang lawak ng sakit at pagod na nakatago sa loob ng mundong .ito

Sa katotohanan, ang buhay ay hindi totoo. Tulad ng mga lumang pelikula na paulit-ulit na ipinalalabas, gayundin .ang mga lumang pangyayari ay nauulit sa iba't ibang anyo Sa kabila ng walang hanggang buhay, ang mga temang ipinakita sa mga nakaraang pelikula ay paulit-ulit na binabalikan. Tunay ngang nauulit ang kasaysayan, at ang .mga tao ay mga artifact lamang sa mga museo ng panahon Upang lubos na matanggap ang mga sorpresa ng buhay, tanggapin ang mga ito nang obhetibo at walang kinikilingan. Dapat mapanatili ang balanse sa mga saya at kalungkutan, mga tagumpay at pagkatalo, mga tagumpay at kabiguan upang harapin ang mga hamon ng buhay nang .may lakas ng loob at tiwala sa sarili Ang pagpapanatili ng panloob na kapayapaan sa kabila ng lahat ng pangyayari ang pinakamahusay na paraan upang malampasan ang mapanlinlang na mga pagnanasa. Ito ang natutunan ko mula sa mga dakilang tao na nanatiling hindi naapektuhan ng mga pagbabago ng panahon, matatag at hindi nagbabago hanggang sa wakas. Kahit ang mga

propeta, nang inuusig, ay hindi nawala ang kanilang
sagradong kamalayan, ni hindi nila hinayaan ang sinuman
.na nakawin ang pag-ibig ng Diyos mula sa kanila

Ang espirituwal na kagalakan ay isang pinagpalang
proteksyon at ang pinakadakilang kuta sa lahat. Sa gitna ng
mga pagsubok at paghihirap, alalahanin ang mga biyayang
.ipinagkaloob sa iyo ng Diyos

Ang kaluluwa mo'y sagradong templo ng Diyos. Ang
kadiliman ng kamangmangan ay hindi dapat hayaang
dumihan ang dalisay na lugar na iyon. Kay gandang
mapunta sa kamalayan ng kaluluwa, marangal, ligtas, at
payapa! Huwag kang matakot sa anuman at mapoot
.kaninuman

Ibigay ang iyong pagmamahal sa lahat. Damhin ang
pagmamahal ng Diyos at makita ang Kanyang presensya sa
lahat ng tao, at hayaan ang iyong pinakamatinding hangarin
na maging ang Kanyang patuloy na presensya sa iyong
puso. Ito ang paraan upang mamuhay nang may
kapayapaan at katahimikan sa mundong ito. Ngunit mahirap
matikman ang panloob na kasiyahang ito hangga't ang
mabangis na hangin ng pagnanasa ay nagngangalit sa oasis
.ng puso at marahas na niyayanig ang mga puno nito

Ang mga pagnanasa ay hinuhubog ng kapaligiran ng
isang tao. Ang mga ito ay nagmumula sa ating mga
pandama at nililimitahan ng mga limitasyon ng mga
pananaw na iyon. Ang pagdalo sa isang perya sa kanayunan
ay natutugunan ang isang pagnanais para sa ilang
katuwaan, ngunit pagkatapos bumisita sa isang eksibisyong
pang-world-class at makita ang lahat ng iba't ibang display,
nawawalan ng alindog at kaakit-akit ang maliit na perya.

Kaya, dapat muna nating maranasan ang kagalakan ng
pakikipag-isa sa Diyos upang maihambing natin ang
kagalakang iyon sa mas mababang mga kasiyahan sa lupa.
Kung gayon, ang mga pagnanasa ay magiging mas mataas
ang kalikasan. Ang pagnanasa ay walang hanggan; kapag

natupad ang isa ay saka pa lamang naganap ang iba. Ngunit kapag natagpuan mo ang Diyos, lahat ng iyong mga pagnanasa ay natutupad. Kaya bakit hindi muna hanapin ang katuparan ng pinakadakilang pagnanasang iyon at tanggapin mula sa mapagbigay na kamay ng Diyos ang ?pinakamahusay at pinakamatagal na gantimpala

Kapag sinagot ng Diyos ang panalangin ng naghahanap na makilala Siya, lahat ng iba pa niyang mga hangarin ay .matutupad agad at magpakailanman

Ang ginto ng karunungan at ang bakal ng lakas

Ang mundong ito ay malayo sa perpekto. Ito ay isang paaralan ng mga pagsubok at paghihirap, at sa pamamagitan ng mga pagsubok na ito ay natututo tayo ng mga aral sa buhay. Ang layunin ng mga pagsubok ay hindi upang durugin tayo, kundi upang paunlarin ang ating mga kalakasan. Ang mga ito ay bunga ng natural na batas ng ebolusyon at pag-unlad; mahalaga para sa atin na umunlad at umakyat mula sa pinakamababa patungo sa .pinakamataas na antas

Sinusubok tayo ng Diyos sa lahat ng paraan upang palakasin ang ating determinasyon, hindi upang tayo ay masira. Ang kamangmangan ay sumisira sa atin kung ilalagak natin ang lahat ng ating tiwala sa laman. Ang mga nagtitiyaga sa kanilang paghahanap ng katotohanan ay .nakakatagpo ng buhay na walang hanggan

Ano ang layunin ng pagdurusa? Upang hindi na tayo muling magdusa. Ang mundong ito ay isang nagliliyab na hurno kung saan ang ating mga kaluluwa ay tinutunaw hanggang sa lumitaw ang ginto ng karunungan at ang bakal .ng lakas at katatagan

Ang buhay ay kadalasang tila isang mahirap na laro at ang tanging katwiran para diyan ay isa lamang itong .kosmikong panaginip na walang permanente

Ito ang dahilan kung bakit ang mundo ay puno ng mga
pagkakaiba at hindi pagkakapantay-pantay. May mga taong
.mahirap at may mga taong mayaman
Ang ilan sa kanila ay malusog, ang ilan ay may sakit at
iba pa
Marami nang naranasan ang tao sa nakaraan at marami
pang mararanasan sa hinaharap, ngunit hindi dapat siya
.matakot sa katotohanang ito
Ang buhay ay isang kosmikong dula, at binigyan tayo ng
Diyos ng mga tungkulin na dapat nating gampanan nang
mabuti, natitiyak na hangga't tayo ay kumikilos nang may
kasiyahan at nag-iisip nang may kalinawan, tayo ay naaayon
sa ating Lumikha at walang dapat ikatakot. Ito ang dakilang
.kaaliwan na iniaalok sa atin ng karunungan
Minsan madaling sabihin na ang sansinukob na ito ay
isang panaginip, ngunit kapag naharap sa malupit na
katotohanan, nagiging mahirap isipin na ang buhay na ito ay
isang panaginip. Mahalagang linangin ang kapangyarihan ng
ating pag-iisip upang makilala natin na ang sansinukob na
.ito ay nagmula sa isip at kalooban ng Diyos
Ang ugnayan sa pagitan ng isip at materya ay lubos na
malinaw, at upang matagumpay na malampasan ang mga
pagsubok sa buhay, dapat nating pasiglahin ang ating sarili
kapwa sa pisikal at intelektwal na paraan. Dapat nating
linangin ang katatagan ng isip at palawakin ang ating
kakayahang tumanggap. Ang mga hindi kayang tiisin ang
mga hamon ng buhay ay magiging walang magawa kapag
ang mga bagyo ng kahirapan at ang mga unos ng kalamidad
.ay nagngangalit
Ang susi sa kaligayahan, lakas, at kalusugan ay nasa
atin Ngunit ang madalas na nangyayari ay ito: ang isang
taong nagtamasa ng mabuting kalusugan sa loob ng
maraming taon at pagkatapos ay nagkasakit sa loob ng anim
na buwan ay maaaring maniwala na hindi na sila gagaling.
Hindi dapat makumbinsi ng katawan ang isip tungkol dito.

Dapat kumbinsihin ng isip ang katawan. Hindi dapat maimpluwensyahan ang isip ng kondisyon ng katawan, at dapat nating maunawaan na ang katawan ang tahanan ng .kaluluwa, at hindi dapat maapektuhan ang kaluluwa nito Binigyan tayo ng Diyos ng kapangyarihang kontrolin ang ating mga iniisip at katawan at maging malaya mula sa sakit at kalungkutan. Ang isip ang pinagmumulan ng lahat ng problema at ang bukal ng kaligayahan. Sa katotohanan, ang sangkatauhan ay mas malakas kaysa sa lahat ng karanasan nito, at kahit na hindi natin ito namamalayan ngayon, .malalaman natin kalaunan

Huwag na huwag mong sasabihing "Tapos na ako," dahil ito ay isang negatibong kaisipan na lumalason sa isip. Iniisip ng ilang tao na kung maglalakad sila nang kaunti ay mapapagod sila, o kung hindi sila makakain ng ilang pagkain .ay masasaktan sila at iba pa

Hindi natin dapat hayaang mag-isip ang ating mga isipan ng sakit o mga limitasyon, at saka natin matutuklasan na ang ating mga katawan ay magbabago para sa ikabubuti.

Tandaan na ang isip ang siyang puwersang nagtutulak sa likod ng katawan. Kung mahina ang isip, manghihina rin ang katawan. Hindi tayo dapat mawalan ng pag-asa o magdalamhati dahil mabuti ang mundo, at ang Diyos ay .laging kasama natin

Ang aking kwento tungkol sa mga matatamis at ang paggamit ng lakas ng loob Ikukuwento ko sa inyo ang isang karanasan na nangyari sa akin noong bata pa ako

Bilang panimula, ang kagustuhan ng isang bata ay tinatawag na pisyolohikal, o pisikal; kapag ang isang bata ay umiyak, ito ay isang senyales na gusto nila ng isang bagay.

Umiiyak sila dahil sa isang pisikal na kondisyon, kaya ang .unang anyo ng kagustuhan ay pisikal

Pagkatapos, kapag lumaki na ang bata at sumunod sa kagustuhan ng kanyang ina, sinasabing ang bata ay

mayroong "awtomatikong kagustuhan" dahil ang kagustuhan ng bata sa yugtong ito ay ginagabayan ng kagustuhan ng ina.

Naaalala ko noong nasa yugto ako ng awtomatikong pagpapasya, ginagawa ko ang lahat ng hinihiling sa akin ng aking ina, at ang palayaw ko noon ay "anghel". Ngunit isang araw, isinama ako ng aking yaya sa karwahe papunta sa tindahan, at doon ay nakakita ako ng mga piraso ng kendi na kulay kahel, at nakuha nila ang aking atensyon at umakit sa akin sa kakaibang paraan. Pinabili ko sa yaya ko, pero tumanggi siya, kaya hindi na lang ako umimik at umuwi na kami.

Kumain na ako ng hapunan, at saka ko naisip ulit ang panghimagas, kaya sinabi ko sa nanay ko na gusto ko ng mga matamis na kulay kahel, at sabi niya, "Hindi, matulog ka na."

Maya-maya, inulit ko ang kahilingan, "Nay, gusto ko po ng mga piraso ng orange na kendi." Sumagot ang nanay ko sa matatag at mapagpasyang tono, "Hindi po ninyo makukuha iyan, at kailangan na ninyong matulog."

Pagkatapos ay sumigaw ako nang buong lakas, "Gusto ko ang orange candy ko!" at nagpumilit ako sa aking kahilingan hanggang sa pumunta ang aking ina at ginising ang tindero para dalhin sa akin ang mga piraso ng kendi. At nakaramdam ako ng labis na kaligayahan. Bakit?

Dahil ginamit ko ang aking kalooban at nagtagumpay! Oo, napakaganda ng pakiramdam ko dahil ginamit ko ang sarili kong kalooban sa unang pagkakataon. Ngunit kinabukasan, ang palayaw ko ay nagbago mula sa "anghel" patungong "malikot" dahil ginamit ko ang aking kalayaan at pinili ang sarili kong landas sa isang pagkakataon.

Tuwing may gusto akong hindi nakakapinsala, sumusunod ang pamilya ko, pero lagi akong nakikinig sa katwiran, at kapag mali ako, lagi akong handang itama ang

sarili ko. Pero kapag tama ako, hindi ako susuko, kahit hindi
.sumang-ayon ang iba pa sa pamilya

Dapat sanayin ng mga ina ang lakas ng loob ng kanilang
mga anak at huwag itong durugin sa pamamagitan ng
pagtangga sa kanilang mga hangarin dahil lamang sa sila ay
mga bata. Kung nais ng mga bata na gamitin ang kanilang
lakas ng loob sa isang malusog at naaangkop na paraan,
hindi sila dapat tawaging malikot. Ang kanilang kalayaan ay
hindi dapat limitahan, at dapat silang tumanggap ng
mapagmahal at maunawaing mga mungkahi mula sa
kanilang mga magulang tungkol sa kanilang maliliit na
hangarin. Kung sa tingin ng mga magulang ay makakatipid
sila ng oras sa pamamagitan ng pananakit sa kanilang mga
anak, mag-aaksaya lamang sila ng oras. Dapat nilang pag-
usapan ang mga bagay-bagay sa bata at pagkatapos ay
wala nang gagawin pa. Kailangang makaranas ang mga bata
ng ilang maliliit at mahigpit na sampal; makakatulong ito sa
.kanila na mas mabilis na matuto

Madalas ipilit ng mga magulang ang kanilang
kagustuhan sa kanilang mga anak. Dapat linangin ang
determinasyon ng isang bata, at dapat silang tratuhin nang
.may pagmamahal, pag-unawa, at pagtitiis

Kasunod ng awtomatikong paghahangad ng bata ay ang
"bulag na paghahangad" ng kabataan. Ang paghahangad na
ito ay parang baril na nagpapaputok ng mga bala sa hangin,
na walang inilalabas kundi nakakainis na mga pagsabog.
Sinasayang ng mga kabataan ang dinamita ng kanilang
.paghahangad nang walang saysay

Pagkatapos ay darating ang "pasabog na kalooban,"
tulad ng kapag ang isang bata ay umabot sa pagbibinata,
inilalabas nila ang kanilang kalooban sa pamamagitan ng
mapusok na mga pagnanasa at walang ingat na pag-uugali.
Madalas silang natututo lamang ng kanilang aral pagkatapos
.makaranas ng ilang masasakit na pagkabigla at dagok

Sinasabing ang bubuyog ay labis na nabighani sa
halimuyak ng lotus kaya't nananatili ito sa puso ng bulaklak
nang mahabang panahon, sinisipsip ang nektar. Habang
ginagawa ito, ang mga talulot ng lotus ay nagsasara dito, at
.ito ay namamatay sa loob ng lotus

At nariyan din ang usa sa mga hilagang rehiyon,
nalasing sa mga himig ng plawta. Kapag tinutugtog ng
mangangaso ang plawta, lumalapit sa kanya ang usa at
.sinalubong ang nakamamatay nitong kapalaran
Mayroon ding ilang mga alagang elepante (babaeng
elepante) na ginagamit upang makaakit at manghuli ng
.ibang mga elepante

Sa kontekstong ito, isang dakilang pilosopo ang nagsabi
:ng ganito

Nabighani ang bubuyog sa bango
At ang usa ay gumagawa ng tunog ng sipol
Nahulog ang elepante sa pagkabihag
Dahil sa nakakapukaw na haplos
Ngunit paano naman ang taong nagtataglay ng lahat ng
:mga pandama na iyon? Ang payo ng pilosopo sa kanya ay
Huwag kang maging alipin ng iyong mga pandama, at"
"huwag mong hayaang kontrolin ka ng kahit ano o sinuman
:Para sa akin, sinasabi ko

Tandaan na ang lahat ng iyong mga pandama ay
inilagay sa iyong paglilingkod at dapat makinig sa iyong mga
.utos at sumunod sa iyong malay na kagustuhan
Galit at ang alaala ng elepante

Dapat maunawaan ng mga naghahanap ng panloob na
kapayapaan kung paano nalilikha ang galit at kung paano ito
kadalasang humahantong sa kapaha-pahamak na mga
kahirinatnan. Dahil sa panloob na kawalan ng balanse na
dulot ng galit, maraming tao ang labag sa kanilang kalooban
.na naging mga kriminal at mamamatay-tao

Ang paghadlang sa mga pagnanasa ay bumubulag sa
isipan. Kapag ang hamog ng mga pagnanasa ay humahawak

sa isipan ng isang tao, nawawalan siya ng kanyang mga
pandama at kumikilos sa paraang hindi nararapat sa isang
.marangal na tao

Ang pagkawala ng katwiran ay nakalilito sa likas na pag-
unawa na siyang puwersang nagtutulak sa likod ng lahat ng
.maayos na kilos at mabuting intensyon

Kapag nasira ang manibela ng mental vehicle ng buhay
ng tao, tiyak na maaaksidente siya at maaaring mapunta sa
.isang hukay ng sakit at paghihirap

Halimbawa: Masayang nagmamaneho ang asawang
lalaki, at habang papunta sa parke, hiniling ng kanyang
asawa na magpalit ng direksyon para pumunta sa bahay ng
mga magulang nito sa halip na sa parke, at dito napalitan ng
.galit ang kanyang kaligayahan

Pinili ko ang halimbawang ito dahil ito ay isang
karaniwang pangyayari. Sa mga normal na kaso, ang resulta
ay alinman sa pagtangga ng asawang lalaki sa kahilingan ng
kanyang asawa o pagsang-ayon nang may sama ng loob at
pagkadismaya, at ito ang karaniwang nangyayari. Sa
parehong kaso, nangingibabaw ang galit, nagiging
tensiyonado ang kapaligiran, at nababagabag ang
.kapayapaan

Sa ilang mga pagkakataon, ang galit ay maaaring
maging isang trahedya para sa mga taong may marahas na
init ng ulo. Ang galit ay maaaring makaapekto sa memorya,
o maaaring makalimutan ng drayber na magmaneho nang
maingat at maingat, o maaaring hindi sumunod sa mga
signal ng trapiko, na magreresulta sa isang banggaan o,
.huwag sana, kamatayan

Bilang konklusyon, ikinukulong ng galit ang manibela ng
kalooban sa karwahe ng buhay at pinipigilan ito sa pagkamit
.ng materyal at espirituwal na mga layunin nito
alaala ng elepante

Ang kakayahan na tinatawag na "memorya" ay isang
regalo mula sa Diyos sa sangkatauhan, at isa itong

napakalaking biyaya! Ang memorya ay ipinagkakaloob din
sa mga hayop; kung wala ito, hindi nila makikilala ang
kanilang mga anak. Ang ilang mga hayop ay nagtataglay ng
magagandang alaala, gaya ng inilalarawan ng sumusunod
.na kuwento tungkol sa isang elepante
Habang nagbubuhay ng troso ang isang malaking
elepante, gaya ng ginagawa ng maraming sinanay na
elepante sa Silangan, nilapitan ito ng isang batang lalaki,
.tinusok ito ng karayom sa puno nito, at tumakbo palayo
Isang taon ang lumipas mula noong pangyayaring iyon,
at ang parehong elepante ay nakatagpo ng parehong batang
lalaki. Ito ay nagbigay sa elepante ng isang medyo tamang
pagkakataon upang maghiganti. Ibinalot lamang nito ang
puno ng kahoy sa batang lalaki at marahas na inihagis ito sa
kabilang panig ng kalsada. Kaya, ang mga hayop ay may
.mga alaala

* * *

Marami na akong napanaginipan, at ngayon ay gising na
ako. Sa altar ng aking kaluluwa, pinagniningas ko ang apoy
ng aking walang-humpay na pag-alaala sa Iyo, aking Diyos.
Gamit ang mga matang tumalikod na sa pagkakatulog,
pinagmamasdan ko ang Iyong magandang mukha at
.nalulugod na masdan ang banal nitong liwanag
At sa pamamagitan ng iyong biyaya ay napagtanto ko
na ang kalusugan, sakit, buhay, at kamatayan ay pawang
.mga panaginip lamang
Natapos ko na ang nobela ng mga pangarap na ipininta
sa matingkad na kulay sa kumikinang na kurtina ng mga
ilusyon
At ngayon nakikita kita bilang ang tanging katotohanan
na umiiral
Ipinakita sa akin ng Diyos sa pangitaing iyon
Ang lahat ng kalikasan ay hindi makatotohanan Ang
lampas sa kalikasan ang siyang tunay na esensya

Isang araw, naglalakad ako sa bakuran ng santuwaryo
at pinagmamasdan ang sikat ng araw sa paligid ko. Habang
pababa ako ng hagdan patungo sa dalampasigan, huminto
ako at tumingin sa mga ilaw na de-kuryente sa hagdan, na
nakasindi pa rin, ngunit hindi ko sila makilala dahil ang
liwanag ng Diyos ay dumating sa akin at nilupig ako kaya't
hindi ko ito makilala mula sa iba pang mga ilaw na hindi
.gaanong maliwanag

{Si Allah ang Liwanag ng mga kalangitan at kalupaan}
At ang ilaw ay nagliliwanag sa kadiliman, at ito'y hindi}
{naunawaan ng kadiliman

Hindi ko kailanman nakita ang araw at saka ko lang
nalaman na ang sikat ng araw at mga de-kuryenteng ilaw ay
hindi totoo, samantalang ang tunay na liwanag ay ang
.liwanag ng Diyos

Sa dakilang pangitaing iyon, ipinakita sa akin ng Diyos
ang napakaraming mundo—walang katapusang mga
manipestasyon ng Kanyang banal na liwanag—at
napagtanto ko na ang mga bagay na nakita ko ay mga
pagpapahayag lamang ng Kanyang kosmikong kamalayan.
Kung ihahanay natin ang ating mga sarili sa Kanya, lalakad
tayo sa Kanyang liwanag saanman tayo magpunta at
mararamdaman ang Kanyang presensya saanman tayo
.lumingon

Kapag alam natin ang kosmikong espiritu at napagtanto
na tayo, sa esensya, ay mga espiritu, kung gayon ang lupa,
ang alikabok, ang mga bundok, ang dagat, at ang langit ay
.natutunaw, at walang natitira kundi ang Diyos

At nakikita mo ang mga bundok, iniisip mong hindi
gumagalaw ang mga ito, habang dumadaan sila na parang
mga ulap na dumadaan

Ang pagsasama-sama ng lahat ng bagay tungo sa banal
na sarili ay isang kalagayang hindi maipahayag sa mga
salita, isang dakilang kaligayahan na nalalasap nang may
ganap na kasiyahan ng pagmamahal, kagalakan, at

kaalaman (ang kagalakan ng mananampalataya sa
.pakikipagtagpo sa kanyang Panginoon)

Ang ganitong espirituwal na kaligayahan ay makakamit
sa pamamagitan ng paglikha ng tamang balanse sa pagitan
.ng praktikal na buhay at pagmumuni-muni sa Diyos

Paglilinis ng sikolohikal na bodega

Mahalaga ang pagsusuri sa sarili sa proseso. Maaaring
ang isa ay mapoot, magagalitin, o mabilis magalit. Kung
gayon, ang mga katangiang ito na nakaimbak sa kamalayan
.ng isang tao ay resulta ng mga nakaraang kilos

Para linisin ang sikolohikal na imbakan ng mga kalat at
luma na muwebles, dapat tayong magsimula sa positibo at
nakabubuting mga kilos at linangin ang pagmamahal sa iba.
Habang mas mahal natin ang mga tao, mas mamahalin nila
tayo, at mararamdaman natin ang kanilang pagmamahal.

Ngunit kung pupunahin natin sila, kahit sa ating sarili,
mararamdaman nila ang kritisismong iyon at ibabalik ito sa
!atin nang mas malakas

Kung sakaling namatay na ang isang matagal mo nang
kaaway, ngunit nagkikimkim ka pa rin ng sama ng loob at
poot sa kanya, magdurusa ka dahil sa kapaitan na ito, at ang
mga mapaminsalang epekto nito ay makikita sa iyong
katawan at isipan. Mas mabuting patawarin mo siya alang-
alang sa Diyos, dahil sa paggawa nito ay palalayain mo ang
iyong sarili mula sa masasamang hangarin ng paghihiganti
na sumisira sa iyong kapayapaan ng isip at sumisira sa iyong
katahimikan. Ang pagbubunton ng poot nang buo, o
pagtugon sa poot nang may poot, ay hindi lamang
nagpapatindi sa poot ng iyong kaaway sa iyo kundi
lumalason din sa iyong sariling katawan at emosyon bilang
resulta [Kaya magpatawad nang may magandang
pagpatawad]

Nang ako'y magpatawad at walang hinanakit laban sa)
(kahit kanino

Pinawi ko ang aking pag-aalala sa poot

Paminsan-minsan, kailangang iwanan ng isang tao ang lahat ng bagay upang mapag-isa, upang mapagnilayan ang layunin ng buhay. Karamihan sa mga tao ay naaanod sa agos ng mga tradisyon at moda. Sa katotohanan, hindi nila tunay na namuhay nang mag-isa, kundi sa buhay ng mundo.

?Ano ang kanilang nakamit, at saan sila napunta Samakatuwid, makabubuting paminsan-minsan ay ilayo ng isang tao ang kanyang sarili sa pang-araw-araw na mga gawain at "tungkulin" upang pakalmahin ang kaguluhan ng kanyang isipan at subukang maunawaan ang diwa nito at .matukoy ang layuning nais niyang makamit

Tandaan na ang pinakadakilang patotoo na maaari mong matanggap ay ang sa iyong konsensya: ang hindi mapagkakamalan at hindi nagkakamaling tinig ng iyong kaluluwa. Ang sinasabi sa iyo ng iyong konsensya ay kung .sino ka talaga, nang walang palamuti o pagbabalatkayo Isipin ang kapangyarihan ni Hesukristo na nagsabi,

"Ama, patawarin mo sila, sapagkat hindi nila alam kung
"paano gawin ang hindi nila alam

Ang pakikinig sa tinig ng iyong naliwanagang konsensya ay magdadala ng liwanag sa iyong landas at pagpapala sa iyong buhay. Kapag nakakaramdam ka ng matinding pagnanasa sa iyong puso na tuparin ang isang hangarin, gamitin ang iyong pag-unawa at tanungin ang iyong sarili: "Mabuti ba o masamang hangarin ang aking hinahangad na
"?matupad

Maraming salik ang nagpapasiklab sa mga pagnanasa ng tao. Kapag nakakakita ang isang tao ng bagong modelo ng kotse, gusto nilang magkaroon ng katulad nito. Kapag nakakakita sila ng bagong istilo ng bahay, gusto nilang magkaroon ng katulad nito. Nagiging popular ang isang bagong trend sa fashion, at hinahangad ng mga tao na
!bumili at magsuot ng ganoong istilo

Saan nanggagaling ang mga pagnanasa? Gumugol ako ng maraming oras sa pagninilay-nilay dito. Kaya mo bang

uriin ang lahat ng iyong mga pagnanasa? Nagawa kong ayusin ang lahat ng aking mga pagnanasa at itinago lamang ang mabubuti. At nang makamit ko ang banal na pagkakaisa, natuklasan kong lahat ng aking mabubuting pagnanasa ay natupad nang sabay-sabay. Ngayon, ang isang tao ay naghahangad ng isang bagay, at bukas, ang .kanyang kaluluwa ay naghahanap ng iba pa
Ang isip na nagmumula sa Makapangyarihang Diyos ay hindi masisiyahan ng mga bagay ng mundong ito. Ang Diyos ang pinakamamahal at pinakamahalagang kayamanan ng kaluluwa, at Siya lamang ang makakapagbigay-kasiyahan sa pananabik ng puso at makakatupad sa mga hangarin ng .kaluluwa

Pagpasok sa kosmikong imbakan na umaapaw sa kabutihan

Ang Diyos ang pinagmumulan at bukal ng lahat ng kakayahang pangkaisipan, ang tagalikha ng kapayapaan, at ang imbakan ng lahat ng kasaganaan at kasaganaan. Upang makasundo sa banal na biyaya na patuloy na umaapaw sa kabutihan, dapat nating alisin sa ating mga kaluluwa, minsanan at magpakailanman, ang mga kaisipan ng .kakapusan at pangangailangan

Ang pangkalahatang kaisipan ay kumpleto at perpekto, walang kulang. Upang ma-access ang kosmikong imbakang ito na umaapaw sa lahat ng uri ng mga pagpapala, dapat linangin ng isang tao sa kanyang sarili ang kamalayan sa kasaganaan at laging maging optimistiko, kahit na hindi niya alam ang pinagmumulan ng susunod na lira, libra, dinar, o !dolyar

Isipin ang banal na pagkabukas-palad bilang isang nakakapreskong at masaganang ulan, na maaari mong matanggap sa anumang sisidlan na iyong hawak! Kung may hawak kang tasa, pupunuin mo ito; kung mas malaki ang sisidlan, pupunuin mo rin iyon. Anong uri ng sisidlan ang ginagamit mo upang matanggap ang makalangit na biyaya

na ito? Ang iyong sisidlan ay maaaring may depekto— marahil ay puno ng mga sikolohikal at intelektwal na butas. Kung gayon, dapat mo itong ayusin sa pamamagitan ng pag-alis sa iyong sarili ng takot, poot, pagdududa, at inggit, at sa pamamagitan ng paghuhugas at paglilinis nito gamit ang tubig ng kapayapaan, katahimikan, katapatan, at dalisay na pag-ibig, bilang paghahanda sa pagtanggap ng masaganang .biyaya mula sa Mapagbigay

Ang banal na kasaganaan ay gumagana ayon sa mga batas ng paglilingkod at pagbibigay. Magbigay muna, pagkatapos ay tumanggap. Bigyan ang mga tao ng iyong pinakamahusay, at matatanggap mo ang pinakamahusay bilang kapalit. Huwag umasa ng tagumpay sa bawat unang pagtatangka. Ang ilang mga pagtatangka ay maaaring .mabigo, ngunit ang ilan ay magtatagumpay din

Ang tagumpay at kabiguan ay magkaugnay. Hindi maaaring umiral ang isa kung wala ang isa, at ang mga pinakamabigat na problema o tungkulin ay dapat harapin nang may pokus na aktibidad at dapat gawin ang lahat ng .pagsisikap upang makamit ang kailangang makamit Magsikap nang may sigla at sigasig hanggang sa marating mo ang huling yugto. Hindi mo kailangang mag- .atubili o umatras

Kung hindi mo mahanap ang landas, hindi ibig sabihin na dapat ka nang tumigil sa pagsubok. Kung hindi mo maabot ang layunin, tanungin kung paano makarating doon, ngunit huwag tumigil sa pagsubok. Maraming tao ang umaamin ng pagkabigo sa sandaling makaranas sila ng mga kahirapan. Ang mga nabibigo ay dapat kumunsulta sa mga matagumpay na tao, hindi sa iba na nabigo rin tulad nila.

Maging determinado tayong makamit ang tagumpay at hayaan ang prinsipyong ito na maging pilosopiya natin sa .buhay

Himno ng Kagalakan
Kapag dumating ang aking oras

Binibigla ng kamatayan ang aking mga tainga
Pakikinggan ko ang tinig ng aking banal na minamahal
At nang putulin ng huling tumatawag ang aking hininga
Langhapin ko ang halimuyak ng Kanyang banal na
presensya

At kapag pinatahimik ng kamatayan ang aking dila
Lalasahan ko ang nektar ng kanyang pag-ibig
At kapag binubulag ng kamatayan ang aking paningin
Makikita ko ang Kanyang liwanag na walang hanggan
Koronahan sa lahat ng dako
At nang ang kamatayan ay nagyelo sa aking dugo at
aking haplos

Hahanapin ko ang init sa sinapupunan ng aking
kosmikong minamahal
At kapag ang mga mata ko ay tumigil na sa pagtingin sa
mga sahig

Tatagos ang sinag ng aking paningin
Binabaligtad niya ang lahat at inilalantad ang mga
nakatagong sikreto nito

At kapag hindi na makarinig ang aking mga tainga
Pakikinggan ko ang mga bulong ng lahat ng bagay sa
nakaraan at kasalukuyan

At ang mga mangyayari sa mga darating na araw
At kapag hindi na kayang lasapin ng ilong ko ang amoy
ng lupa

Susubaybayan ko ang mga lihim ng kaluluwa sa bawat
direksyon

Kapag ang dila ay hindi kayang tikman
Aalalahanin ko ang lahat ng mabuti at pinagpalang mga
bagay na aking natikman

At kapag ang pakiramdam ko sa katawang ito ay
kumupas

Mararamdaman ng aking kosmikong katawan
Ang sikreto at mahiwagang haplos sa lahat ng bagay
dito at doon

Mararamdaman ko ang mga alon na sumasayaw sa
ibabaw ng dagat
At kasama ang mga kosmikong bula na dumadaloy sa
walang hanggang kalawakan
Masisira ang mga selula ng katawan
Ang mga pansamantalang paghihigpit nito ay malulutas
Ngunit siya ay muling mabubuhay sa apoy ng kawalang-
hanggan
Makakakita ka ng kagalakan at maririnig mo ang
kagalakan
Matitikman mo ang saya at malalanghap ang bango ng
kaligayahan
At mararamdaman mo ang walang hanggang,
panibagong kagalakan
At sumasayaw siya sa mga himig ng banal na
kaligayahan
Hayaang talikuran ng mga pandama ang sayaw ng mga
multo para sa sakit at kamatayan
At upang magbago tungo sa mga damdamin ng walang
hanggang kaligayahan
Sa kaharian ng liwanag, kaligayahan, at kagalakan
:Ang landas ng buhay ay ang mga sumusunod
Kabilang sa mga balakid sa sikolohikal na paglago ang
pagmamahal sa sarili, pagmamataas, kasakiman, galit, poot,
inggit, at iba pang madilim na katangian na umaakay o
nagtutulak sa isang tao sa mas malalim na estado ng
kamangmangan. Ang agarang kailangan ay ang pagsunod sa
landas na patungo sa kalayaan, dahil ang mga pagnanasa
ng tao ay pinamamahalaan ng mga gawi na patuloy na
binabago at tila walang katapusan. Ang mga gawi na ito ay
nakakulong sa kaluluwa at binibihag ito, na ginagawang
imposible para sa may-ari nito na tahakin ang landas ng
.kalayaan at emansipasyon
Ang landas ng buhay ay ang mga sumusunod: sa isang
panig ay naroon ang madilim na lambak ng kamangmangan,

at sa kabilang panig, ang maningning na liwanag ng
karunungan. Kapag tayo ay kumikilos ayon sa karunungan,
tayo ay ligtas na tumatahak sa landas ng kalayaan at
.nakakamit ang ating kailangan

Ang buong sansinukob ay nilikha ng banal na kalooban,
at kapag iniayon natin ang ating sarili sa banal na kaloobang
iyon, ang kailangan natin ay dumarating sa atin nang walang
.kahirap-hirap

Wala na akong hinahangad pa para sa sarili ko dahil
.alam kong matutupad ang mga iniisip ko

Ang pagkakaroon ng banal na karunungan at banal na
pag-ibig ay tumutupad sa lahat ng hangarin ng puso, at kay
kamangha-mangha at kamangha-manghang kalagayan na
hindi kayang ilarawan ng mga salita. Kapag napagtanto mo
na ikaw ang panginoon ng iyong sarili at ng iyong kapalaran,
ang hari ng kapayapaan at katahimikan, wala kang
kinatatakutan. Bagkus, ang buong mundo ay nagsusumikap
upang makamit ang iyong nais sa kalooban at tulong ng
.Diyos

Dahil nilikha ng Diyos ang sangkatauhan ayon sa
Kanyang wangis, matutuklasan ng mga nakakasumpong sa
Kanya na ipinagkakaloob Niya sa kanila ang bawat
kahilingan at ibinibigay ang kanilang ninanais. Ngunit
hangga't ang sangkatauhan ay may kahit kaunting
pagnanais na mangibabaw sa iba o magpakita ng
kapangyarihan nito, hindi nito matatagpuan ang kalayaan sa
.Diyos

Ang pagkilala sa Diyos ay nagsisimula sa
pagpapakumbaba, pagmamahal, at espirituwal na
kagalakan. Ang tunay na kapangyarihan ay nagmumula sa
.pagkilala sa Diyos

Kung alam ng maliit na alon na sinusuportahan ito ng
malawak na karagatan sa likuran nito, masasabi nitong, "Ako
ay kaisa ng karagatan." Dapat nating matanto nang may
katiyakan na ang karagatan ng Diyos ay nasa kabila ng ating

kamalayan at malapit sa atin, kaya hindi na kailangang
.matakot o mag-alala

Ang banal na kalikasan ay kapayapaan, kababaang-
loob, pag-ibig, paglawak ng kamalayan, at malawak na
kaalaman. Sinumang nakikiisa sa Diyos ay hindi na
kailangang patunayan sa kanyang sarili o sa iba ang mga
kapangyarihang taglay niya, dahil alam ng kanyang kaluluwa
na ang Makapangyarihan sa lahat ay sumusuporta sa kanya
at binabantayan at pinoprotektahan siya ng Diyos saanman
.at kailan man siya naroroon

Ang mga nakakakilala sa Diyos ay gising sa kanilang
espirituwal na kalikasan at natutulog sa kanilang materyal
na kalikasan. Alam nila na makakamit nila ang anumang
.bagay mula sa Kanyang biyaya

Kaya naman, dapat tayong maging tapat sa ating sarili
at magsikap para sa sariling soberanya, sinusubukang
takasan ang mga patibong ng mundo at ang mga
mapanlinlang na tukso nito, at ilaan ang ating oras sa pag-
iisip nang positibo at kapaki-pakinabang at pagtanim ng
mga binhi ng kabutihan sa lupa ng mundong ito, upang
maiwan natin ito nang mas mabuti kaysa sa ating
.natagpuan

Magbubukas ang mga pinto para sa atin at ang mga
landas ay ihahanda sa harap natin

Ang buhay ay dapat umikot sa altruistikong
paglilingkod, dahil kung wala ang mithiing ito, ang
kamalayang ipinagkaloob ng Diyos sa sangkatauhan ay hindi
makakarating sa buong potensyal nito. Kapag naglilingkod
tayo sa iba at kinalimutan ang ating ego, mararanasan natin
.ang mas dakilang sarili—ang banal na espiritu

Ang trabaho ay mahalaga at isang makapangyarihang
motibasyon para sa talino at pagkamalikhain ng tao.
Gayunpaman, kung ang tanging layunin ng trabaho ay ang
pag-iipon ng kayamanan, nawawalan ito ng halaga at
.nagiging walang kabuluhan

Ang trabaho ay serbisyo, at ang isang produktong sulit
ibenta ay dapat na may kalidad at tunay na kapaki-
pakinabang sa iba. Kapag naglilingkod tayo sa iba,
tinutulungan natin ang ating sarili sa parehong antas, dahil
sila ay karugtong natin tulad ng pagiging karugtong natin sa
.kanila

Ang isang taong may sapat na gulang ay hindi kumikilos
nang walang maingat na pagsasaalang-alang. Kapag
nagbibigay tayo ng serbisyo, nakatatanggap din tayo ng
.serbisyo, kahit na sa hindi materyal na paraan
Samakatuwid, ang paglilingkod sa iba sa pamamagitan
ng pagbibigay sa kanila ng tulong pinansyal, sikolohikal, o
moral ay nangangahulugan ng pagtatamo ng sikolohikal na
.kasiyahan bilang kapalit

Ang bawat serbisyong iniaalok natin sa ating kapwa tao
ay naglalapit sa atin nang isang hakbang palapit sa
pangkalahatang kamalayan. Kapag ang isang tao ay
nagpapakita ng tunay na pagmamalasakit sa iba, ang
kanilang kamalayan ay sumasama sa kanila, habang ang
walang kundisyong pagmamahal ay nagpapalawak ng mga
hangganang ng kamalayan patungo sa hangganan ng
.kosmikong kamalayan

Kung iisipin natin ang kaligayahan ng ating mga
kapatid, ang ating bahagi ng kaligayahan ay sagana, at kung
ibibigay natin ang ating pagmamahal sa iba, madarama nila
.ang lakas nito at magbabago para sa ikabubuti

Ang bulag na pagkahumaling at hindi makatwirang poot
ay parehong mapaminsalang balakid sa pag-abot sa mga
matataas na yugto ng kamalayan. Dapat nating matutunang
.mahalin ang lahat dahil tayong lahat ay mga anak ng Diyos

Ang lahat ng ating ginagawa ay dapat gawin nang
kusang-loob, at dapat tayong maging ambisyoso sa ating
mga pagsisikap. Kapag ang isang tao ay nagtataglay ng
taos-pusong pagnanais at mataas na espiritu na gampanan
ang mga gawain nang may pagmamahal at kasiyahan, nang

walang pagkapagod o pagkabagot, ang kosmikong enerhiya
ay patuloy na dumadaloy sa kanilang katawan, isip, at
.kalooban

Siya na hindi hinahayaang ang ideya ng kahinaan at
pagkapagod ay tumagos sa kanyang kamalayan ay
nagbibigay ng puwang para sa mga karga ng banayad na
enerhiya at mga daloy ng mahahalagang aktibidad upang
mapalakas ang kanyang mga nerbiyos at mapanibago ang
.mga selula at tisyu ng kanyang katawan

Kapag ang isang tao ay kulang sa pagnanais na
gumawa ng isang bagay, nakakaramdam sila ng pagod sa
simula pa lamang, ngunit kapag mayroon na silang
pagnanais, ang kanilang pagkatao ay umaapaw sa enerhiya
at sigla. Ang mga gumaganap ng kanilang mga tungkulin
nang may sigasig at kasiyahan ay natutuklasan na ang
walang-kapantay na banal na lakas ang nagpapanatili at
.sumusuporta sa kanila

May mga taong masyadong abala sa trabaho kaya wala
silang oras para magnilay-nilay o masiyahan sa buhay.
Kapag nagtatrabaho tayo habang sabay na nakatuon ang
ating isipan sa mga positibong bagay, nakakaramdam tayo
ng nakatagong lakas na sumusuporta sa atin at nagbibigay
.sa atin ng mas maraming enerhiya

Kung ang puso ay taos-puso at tapat sa pagtupad sa
mga tungkulin, magbubukas ang mga pinto para sa atin at
.magbubukas ang mga landas sa harap natin
Hinihiling namin sa Diyos na Makapangyarihan na
pagpalain tayo upang maisakatuparan natin ang ating
gawain nang may kagalakan at kasiyahan sa pabrika ng
.buhay

At nawa'y ang Kanyang karunungan ay magbigay-
inspirasyon sa ating pag-iisip

At ang mga alon ng kanyang kapangyarihan ay
sumasayaw sa mga ilog ng ating pang-araw-araw na gawain

Hindi makakita nang malinaw na parang kinatay na

!tandang

Upang malaman kung paano gumawa ng tamang pagpili

sa anumang sitwasyon o sitwasyon, dapat nating gabayan

ang ating pagpapasya nang may kapangyarihan ng

.pananaw

Tayong lahat ay pinagkalooban ng pang-anim na

pandama na ito, ngunit karamihan sa mga tao ay hindi ito ginagamit. Sa halip, umaasa sila sa mga ulat mula sa limang

mas mababa at hindi gaanong maaasahang pandama, dahil

ang limang pandama na iyon ay hindi palaging nagbibigay

sa atin ng tiyak na impormasyon na maaari nating asahan

.upang makagawa ng mga tamang desisyon

Bukod sa limitadong saklaw at kapangyarihan ng mga

pandama – at kasama ng mga ito, ang isip na nakagapos sa

ego – ay binibigyang-kahulugan ang mga bagay ayon sa

gusto at ayaw nito, at hindi ayon sa totoo at sa huli ay

.nagsisilbi sa pinakamabuting kapakanan ng tao

Dahil ibinabatay ng isang tao ang kanyang mga

desisyon sa mga ulat na ibinibigay ng kanyang mga

pandama at sa mga konklusyong sinasabi sa kanya ng

kanyang isip, na nauugnay sa mga pandama, madalas

niyang nasusumpungan ang kanyang sarili na nasasangkot

.sa mga hindi kanais-nais na sitwasyon

Umaasa ako na darating ang araw na mapagtatanto ng

buong mundo ang kahalagahan ng pagbabalik-tanaw sa

sarili nang ilang sandali bawat araw, paghingi ng gabay at

paghingi ng tulong sa Diyos. Kapag ginawa ito ng isang tao,

sila ay nagiging mas balanse, mas kalmado, at mas

mapagmasid, habang nagbubukas ang kanilang pananaw,

na nagbibigay-daan sa kanila na makita nang malinaw ang

mga bagay-bagay at makagawa ng mga tamang desisyon.

Sila rin ay napalaya mula sa mga mahigpit na gawi,

magulong pagnanasa, masasakit na emosyon, at mga

personal na pagkakabit na nagtutulak sa kanila na kumilos
.nang padalus-dalos at walang pagmumuni-muni
Ang pag-unawa, tulad ng kaunawaan, ay isang
katangian ng kaluluwa na tumutulong sa isang tao na
malaman kung ano ang gagawin kung kinakailangan. Ang
mga espirituwal na katangiang ito ay maaaring malinang sa
pamamagitan ng mahusay na pangangatwiran at
.pagmumuni-muni sa Diyos

Kapag ang mga pagnanasa at emosyon ay lumabo sa
pagpapasya ng isang tao, ang pananaw ay nagiging bulag,
kapwa sa sikolohikal at espirituwal. Kapag ang mga emosyon
ay nadaig ang mga tao, sila ay dumaranas ng kalituhan at
pagkalito, nahihirapan at nagiging hindi makakita nang
!malinaw, tulad ng isang kinatay na tandang
Ang mga emosyon ay nagiging sanhi ng pagkiling ng
isang tao sa kanilang mga opinyon at pananaw sa iba, at
nagpaparalisa sa kakayahang mag-isip nang malinaw at
.harapin ang sitwasyon nang matalino at makatwiran
Kapag natuto tayong paghiwalayin ang mga
katotohanan mula sa ating mga personal na opinyon, ang
ating paghatol ay hindi na gaanong maimpluwensyahan ng
ating mga subhetibong pagnanasa. Kung natutunan ito ng
lahat, ang mundo ay magiging mas maunawain at
.mapayapa kaysa ngayon

Ang pananaw ay karaniwang nagmumula sa puso.

Kapag ang puso ay hindi mapakali, hinihikayat nito ang
isang tao na isipin na may mali at maging maingat sa
pakikitungo sa ilang mga tao at sitwasyon. Kung
nakakaramdam ka ng pag-aalala tungkol sa isang bagay, o
nais mong malaman kung aling landas ang dapat tahakin,
.ituon ang pansin sa iyong puso

Tuwing nadadaig ka ng mga alalahanin at nababalot ka
ng mga problema, ituon ang iyong mga iniisip sa iyong puso
at sikaping maging mulat sa mga damdaming nagmumula
rito. Manatiling kalmado, at biglang isang malalim na

damdamin ang babagsak sa iyo, at ipapakita sa iyo ng Diyos,
sa pamamagitan ng iyong panloob na pananaw, ang
susunod na hakbang na dapat mong gawin sa sandaling
.iyon

Pagbabago ng abnormal na katangian ng mga selula ng
utak

Ang mga ordinaryong espirituwal na manggagamot o
pari ay walang kapangyarihang magpatawad ng mga
kasalanan o magpalaya ng mga makasalanan na lumalapit
sa kanila upang humingi ng payo, dahil ang magagawa lang
nila ay bigyan sila ng mga espirituwal na reseta, wala nang
iba. Ngunit ang mga nakakakilala sa Diyos ay umabot na sa
napakataas na antas ng espirituwalidad, kaya hindi sila
nasisiyahan sa pagbibigay lamang ng espirituwal na payo sa
mga makasalanan, kundi maaari - sa pamamagitan ng
biyaya at tulong ng Diyos - na punuin sila ng espirituwal na
kapangyarihan na nagpapalaya sa kanila mula sa mga
.bunga ng kanilang mga makasalanang gawa

Lahat ng mabuti at masamang gawa ay nakatago sa
mga selula ng utak at lumilitaw bilang mabuti o masamang
.gawi o tendensiya sa pag-iisip

Ang isang taong dumaranas ng mga hindi malusog na
gawi dahil sa mga selula ng kanyang utak na sinisingil ng
kapangyarihan ng mga gawi na iyon ay maaaring palayain
ang kanyang sarili sa pamamagitan ng paghahangad,
pagmumuni-muni, taos-pusong panalangin, at patuloy na
positibong pagpapatibay hanggang sa ang lahat ng kanyang
hindi kanais-nais na mga gawi ay mabago tungo sa
.mabubuting gawi ng kapayapaan at katahimikan

Nangyayari ito kapag ang wastong puwersa ng buhay ay
kumikilos upang baguhin ang abnormal na katangian ng
mga selula ng utak upang ang mga selulang iyon ay mapuno
.ng lahat ng mabuti, matuwid, at maganda

Nangangahulugan ito na ang mga selula ng utak na
puno ng mga maling ideya ay sinusunog ng mahahalagang

aktibidad kapag ito ay malakas na natipon sa utak at ginagamit para sa marangal at kapaki-pakinabang na mga .layunin

Ang isang taong mahigpit na nakadikit sa kanilang pisikal na katawan ay nagpapanatili sa kanilang mahahalagang aktibidad na nakatuon sa kanilang mga kalamnan at pandama, habang ang isang taong may mapagnilay-nilay at espirituwal na hilig ay nagpapanatili sa kanilang mga kalamnan at katawan sa isang estado ng aktibong pagpapahinga, at ang kanilang isip ay hiwalay sa mga pandama, kaya't ang puwersa ng buhay ay tumigil sa pananatili sa sistema ng nerbiyos at nakatuon sa utak. Dahil dito, ang meditasyon ang pinakamabisang paraan ng pag-espiritwalisasyon ng mga selula ng utak at pag-aalis ng mga .ugat ng anumang hindi kanais-nais na ugali mula sa isip
Ang ugali ay kapangyarihan, at inaabuso ng mga tao ang kapangyarihang iyon sa pamamagitan ng paggawa ng masasamang gawain sa halip na gamitin ito sa mabubuting .gawain

Ang kamangmangan, kawalan ng pagmumuni-muni, hindi pagpili ng mabuting kasama, at pagpapabaya sa mabubuting gawa ay kadalasang humahantong sa isang tao sa mga patibong at silo ng masasamang gawi, na parang kumunoy na lumulunok sa taong naglalakad dito nang labag .sa kanyang kalooban

Ang impluwensya ng pakikisama ay mas malakas kaysa :sa determinasyon at mahusay na pagpapasya

Huwag makipagkaibigan sa taong masama, dahil .maaaring masira ng taong masama ang ugali ng isang tao
Ang matatalinong tao ay kumikilos nang marangal nang walang pagsisikap, habang ang mga umiibig sa pinsala ay tila napipilitang gumawa ng mga mapaminsalang at nakasusuklam na gawain dahil sa puwersa ng nakagawian na nagtutulak sa kanila na gumawa ng kasalanan at .kasamaan

Hinihiling namin sa Diyos na Makapangyarihan na
bigyan kami ng inspirasyon ng mabubuting kaisipan
Upang ating makita ang kabutihan at kagandahan
Pinag-iiba natin ang mga bagay na kapaki-pakinabang
at nakakapinsala

At upang tayo ay manumbalik sa kanya
At umaasa kami para dito
Pinagmumulan ng lahat ng kabutihan
At ang pinagmumulan ng lahat ng kabutihan
O bundok, walang hanging makakayanan mong"
"yayanig

Ang isang balanseng tao ay nananatiling kalmado at
mahinahon habang ginagampanan ang kanyang mga
tungkulin, tagumpay man o kabiguan ang kanyang makamit.
Ang tagumpay at kabiguan ay hindi maiiwasang mangyari sa
iba't ibang panahon, ayon sa likas na dualidad ng katawan,
isip, at mundo. Ang isang taong patuloy na nagpapaalala sa
kanyang sarili ng kanyang sariling kalikasan ay hindi
gaanong madaling kapitan ng mga kontradiksyon at hindi
.gaanong naiimpluwensyahan ng mga ilusyon ng mundo
Ang mga nagnanais makamit ang panloob na balanse ay
hindi dapat hayaang madungisan sila ng dualistikong
kamalayan na likas sa katawan. Walang alinlangang mahirap
ang ganitong gawain dahil ang kaluluwa, kapag nakikiramay
ito sa sensitibong katawan, ay tinatanggap ang mabuti at
masamang katangian nito. Upang mapalaya mula sa
pagkakabit sa pabago-bagong kalagayan ng katawan, dapat
lampasan ng isang tao ang kamalayan ng katawan, na
.siyang pinagmumulan ng lahat ng paghihirap
Ang mga nabubuhay sa awa ng mga pangyayari ay
nagagalak sa mga kasiyahan at kagalakan at
nagdadalamhati sa sakit at kahirapan. Ngunit ang mga may
lumalagong pananaw ay nananatiling kalmado at
mahinahon, hindi natitinag ng mga kaguluhan at kaguluhan

na siyang mismong tela ng ordinaryong buhay [tulad ng
.isang bundok na hindi natitinag ng hangin]

Ang isang balanseng tao, kahit sa panahon ng
kalungkutan at sakit, ay nagpapanatili ng panloob na
kapayapaan sa ilalim ng mabuti at masamang kalagayan.
Bukod pa rito, mayroon silang kakayahang makiramay sa
iba, unawain ang kanilang mga damdamin, at tulungan sila
nang hindi nalulula sa kanilang sariling mga alalahanin.

Kaya, sa pamamagitan ng kanilang panloob na lakas,
maaaliw nila ang iba at maibsan ang kanilang kalungkutan.

At sa pamamagitan ng kanilang kahinahunan at balanse,
nagtuturo sila sa iba ng isang mahalagang aral sa hindi
.pagpapadaig sa mapanirang mga pagsabog ng emosyon

Nakikita ng matalinong tao ang banal na espiritu sa
bawat isa, at habang siya ay napalaya mula sa makasariling
mga pagnanasa, tinatanggap niya nang may pananalig at
kasiyahan ang lahat ng dumarating sa kanya mula sa Diyos
upang matugunan ang mga pangangailangan ng katawan,
isip, at kaluluwa. Siya ay napalaya mula sa mga paghihigpit
ng ego at hindi nakakaramdam ng poot sa iba, ni hindi niya
binibigyan ng mga mapaminsalang vibrations ang kanyang
mga tingin at salita na nakakagambala sa kapayapaan at
katahimikan ng mga tao, dahil nakikita niya ang banal na
.espiritu na kanyang hinahanap na nakatago sa bawat isa

Kapag naabot niya ang sukdulang layunin, ang
tagumpay at kabiguan ay nagiging pareho para sa kanya,
habang ang kanyang pakiramdam ng dualidad ay naglalaho
habang natatagpuan niya ang diwa ng unibersal na
.pagkakaisa

Bagama't ginagampanan niya ang kanyang gawain dahil
sa pagmamahal sa Diyos at paglilingkod sa sangkatauhan,
.nananatili siyang walang kapantay magpakailanman

Upang makamit ang kaligayahan
Upang makamit ang kaligayahan, dapat mamuhay nang
may disiplina sa sarili. Ang mga taong nagpapasiyang

kontrolin ang kanilang mga kalagayan ayon sa mas
matataas na batas ng buhay ay matutuklasan na ang
kanilang mga kalagayan ay awtomatikong umaangkop nang
naaayon. Ang mga paghihirap na ating kinakaharap sa
buhay na ito ay nagsisilbing inspirasyon at nag-uudyok sa
atin na magsikap nang higit pa upang maabot natin ang mas
.mataas na antas

Kung iyan ang iyong hinahanap, sundin mo ang mga
landas patungo rito, at walang sinuman ang makakapigil sa
.iyo o makakaagaw sa iyo nito

Binigyan tayo ng Diyos ng katwiran, at dapat nating
pagningasin ito ng mga ilaw ng pananampalataya,
optimismo, at kagalakan, at palayain ito hangga't maaari
mula sa lahat ng nakababahalang pagsubok. Dapat din
nating linangin ang lakas ng loob upang makontrol natin ang
.ating mga kalagayan sa halip na makontrol ng mga ito
Mahalagang bumuo ng lohikal at maayos na mga plano
para sa ating buhay upang maisakatuparan natin ang lahat
ng mabubuting bagay na nais nating makamit at alam
nating dapat nating gawin. Habang tayo ay nagpaplano,
nagsusumikap, at nagtatrabaho, tandaan natin na ang Diyos,
ang Mapagbigay, ang nagbibigay sa atin ng tulong at
gumagabay sa atin sa kung ano ang tama. Sa paggawa nito,
magkakaroon tayo ng determinasyon, pagtitiis, katatagan,
.at kalinawan ng pananaw

Hangad namin ang iyong tagumpay at kaligayahan saan
ka man naroroon sa malawak na mundong inilaan ng Diyos

Lahat sila ay magkakasunod na multo at imahe

Mga hardin ng rosas

Mga Lambak ng Luha

At mga patak ng hamog na kumakapit sa malambot na

mga usbong

At ang mga kagalakan ng pagkabata
at mga walang pigil na pagnanasa

At ang labis na kagalakan sa kanilang pagtaas at
pagbaba

At matinding kalungkutan sa mga puso
At ang mga kandila sa kalangitan ay kumukurap at
nawawala

At ang malikmata ng pagkahumaling ay umaakit sa atin

Mula sa ilusyon patungo sa mga ilusyon

At mga pagnanasa nang may pagnanasa

At ang matigas na kapit na parang pugita

At ang iyak ng bagong silang na sanggol

Ang kalansing ng kamatayan

At ang saya ng malusog na pangangatawan

At mga panandaliang sandali

Lahat sila ay magkakasunod na spectra at mga imahe

Sa screen ng kamalayan

Panginoon, tulungan mo ako

Upang malinang ang mga mararangal na katangian at

birtud sa aking sarili

At upang sanayin ang mga sundalo ng katahimikan at

pagpipigil sa sarili sa loob ko

Maging pinuno nito na ginagabayan ng Diyos

Sa mapagpasyang labanan

Laban sa kamangmangan at pagtanggì

At upang itaas ang iyong pinagpalang bandila at ang

mga artikulo

Ang bandila ng katotohanan at ang mga prinsipyo ng

katuwiran at kabutihan

Kumakaway sa ibabaw ng mga monumento ng aking

kaluluwa

At ang mga rehiyon ng aking buhay

* * *

Dapat mangibabaw ang pag-iingat kaysa sa takot.

Dapat gawin ang mga hakbang sa pag-iwas, at dapat gawin

ang lahat ng pagsisikap upang maalis ang mga sanhi ng

sakit at mapalaya ang sarili mula sa takot. Napakarami ng

mga mikrobyo sa lahat ng dako kaya kung matatakot ang mga tao sa mga ito, hindi nila masisiyahan sa buhay. Kahit na may lahat ng kinakailangang pag-iingat sa kalusugan, kung masusuri ng isang tao ang kanilang tahanan sa ilalim ng mikroskopyo, mawawalan sila ng gana at pagnanais na .kumain

Anuman ang iyong kinatatakutan, ilayo ang iyong mga iniisip dito. Ipaubaya mo ito sa Diyos at palakasin ang iyong tiwala sa Kanya. Karamihan sa mga pagdurusa ay karaniwang sanhi ng pagkabalisa. Bakit magdurusa kung hindi pa man dumarating ang sakit? Dahil ang karamihan sa mga sakit ng tao ay nagmumula sa takot, ang pag-alis sa takot ay agad na magpapalaya sa kanila, at ang paggaling ay agad na magaganap. Tuwing gabi, bago ka matulog, sabihin sa iyong sarili: "Ang Diyos ay sumasaakin, at sinumang may Diyos sa kanila ay walang dapat ikatakot." Palibutan ang iyong sarili sa isipan ng Espiritu ng Diyos at ng Kanyang mga kosmikong enerhiya, na naniniwala na ang anumang mikrobyo na umaatake sa iyo ay papatayin. Ang pag-uulit ng "O Diyos, ang Makapangyarihan sa lahat" o "O Panginoon, ang Katulong" nang may lubos na kumpiyansa ay poprotekta sa iyo, magpapalakas sa iyo, at magpaparamdam sa iyo ng komportable at malusog. Kapag ikaw ay naaayon sa Diyos, ang Kanyang katotohanan ay dadaloy sa iyo, at malalaman mo na sa kaibuturan mo, ikaw ay isang espiritung hindi naaapektuhan ng kahirapan at .walang katapusan

Tuwing nakakaramdam ka ng takot, ilagay ang iyong palad sa iyong puso, kuskusin ito mula kaliwa pakanan habang sinasabing: "O Panginoon, alisin mo sa akin ang takot na ito at palayain ang aking isip at mga iniisip mula sa anumang pagkagambala." Kung paanong may mga paraan upang maalis ang interference ng radyo, gayundin, kung palagi mong kuskusin ang iyong puso mula kaliwa pakanan, at kung palagi kang nakatuon sa ideya ng pag-aalis ng takot

sa iyong puso, ang takot ay mawawala sa tulong ng Diyos, at
mararamdaman mo ang banal na kagalakan na pumupuno
.sa iyong buong pagkatao

Ang takot ay laging kasama ng tao, at ang pag-alis nito
ay posible sa pamamagitan ng pag-iisip tungkol sa Diyos at
.pagdama sa Kanyang presensya

Magtiwala sa Diyos at maging tunay sa lahat ng iyong
ginagawa. Maraming tagatulad; huwag mong idagdag ang
iyong pangalan sa kanilang mahabang listahan. Pagharian
ang iyong ginagawa at gawin ito sa kakaibang paraan na
hindi pa nagagawa ninuman. Bukas ang larangan para sa
pagkamalikhain hangga't taos-puso ang pagnanais at naroon
ang kalooban. Ang lahat ng kalikasan ay tumutugon sa iyo
.kapag ikaw ay naaayon sa Diyos

Madalas inuuna ng mga tao ang kanilang mga sarili,
ngunit dapat nating isipin ang iba at tulungan sila sa abot ng
ating makakaya, na hinahangad ang kabutihan para sa
kanila tulad ng ating naisin sa ating sarili. Kapag ginawa
natin ito nang kusang-loob at buong puso, nadarama natin
na lumalawak ang ating bilog ng empatiya at ang mga
ugnayan ng pagmamahal sa pagitan natin at ng iba ay
.lumalalim at lumalakas

Sa isang kapaligirang may populasyon na 1,000 katao,
kung ang bawat isa ay kikiros nang mapayapa, ang bawat
tao ay magkakaroon ng 999 na kaibigan. Ngunit kung ang
lahat sa kapaligirang iyon ay kikiros na parang kaaway ng
.iba, ang bawat tao ay magkakaroon ng 999 na kaaway

Liwanag ng buwan at masayang malayong lupain
Kapag sumasapit ang gabi, pagsamahin ang iyong mga
iniisip sa liwanag ng buwan

Hugasan ang iyong mga kalungkutan gamit ang mga
sinag nito

Ramdam ko ang mahiwagang liwanag na kumakalat sa
iyong katawan

At sa ibabaw ng mga puno at malalayong rehiyon

Tumayo sa malawak na kalawakan at tumitig nang may
mahinahong mga mata
Sa sinag ng buwan at sa mga kahanga-hangang
tanawing ipinapakita nito
Tingnan ang natatakpan ng mga gilid ng kumikinang na
abot-tanaw
Hayaang malampasan ng iyong mga mapagnilay-nilay
na pag-iisip ang mga hangganan ng pananaw
Patungo sa lupain ng mga ginintuang pangarap
Ilipat ang iyong pokus mula sa mga hugis na ipinapakita
ng mga sinag ng buwan
Sa malayong kalangitan at sa malayong mga bituin
Ang walang hanggang katahimikan sa kabila ng buhay
na eter
Kung saan ang lahat ay puno ng pag-ibig at buhay
Panoorin ang pagsikat ng mga sinag ng buwan
Hindi lamang sa Lupa
Bagkus, sa bawat sulok ng walang hanggang kalawakan
ng iyong kahanga-hangang isipan
Magnilay-nilay nang malalim upang marating mo ang
malalayong at masayang lupain
Ang mga dimensyon ng malalim na espirituwal na
kamalayan
At ang sansinukob ay nakikita bilang isang kulay-pilak
na liwanag
Wala itong hangganan at walang katapusan
* * *

Ang mga tao ay nakatali sa mga hindi malusog na gawi,
at ang mga gawi na ito ay patuloy na pinapalago habang
ang mabubuting gawi ay namamatay at naglalaho
Ang mga hindi malugod na panauhin ay pumuno sa
unang lugar sa buhay ng isang tao, habang ang mga
pinarangalan na panauhin ay walang natatanggap kundi
kapabayaang at pagwawalang-bahala mula sa kanya, at sila

ay lumalayo sa kanyang pintuan nang napapahiya at
.nasasaktan

Ang mabubuting gawi ay kailangang pagyamanin ng
mabubuting gawa, at ito ay sinisiguro ng mabuting
pakikisama at mga nakapagbibigay-inspirasyong sulatin,
dahil ang impluwensya ng kapaligiran ay mas malakas kaysa
.sa kalooban

Ang mga tao ay hinihimok ng materyalismo, at ang
liwanag ng katwiran ay palaging nakadirekta palabas sa
halip na papasok. Ang mga tao ay tumatakbo kung saan-
saan, ngunit walang lugar sa mundo na maaaring
protektahan sila mula sa kanilang sarili at sa kanilang mga
konsensya; ang isang sandali ng pagninilay-nilay sa sarili ay
.mahalaga

Kung ang isang tao ay nananalangin para sa tagumpay
habang ang kanilang mga iniisip ay sabay na puno ng mga
kaisipan ng pagkabigo, kaguluhan, at kawalang-pakialam,
sila ay parang isang taong nagpadala ng isang tao sa isang
misyong ngunit inatake sila ng mga tulisan sa daan. Ang mga
tulisang nagnanakaw ng tagumpay ng isang tao ay ang
kanilang masasamang gawi. Ang isang tao ay nagpapadala
ng kanilang mga panalangin sa Diyos nang walang
proteksyon, at ang mga tulisan ng pagkabalisa at pag-aalala
ay umaatake sa kanila bago pa man sila makarating sa
Diyos. Siyempre, nakikinig ang Diyos sa mga panalangin
dahil Siya ay nasa lahat ng dako at nakakaalam ng lahat,
ngunit sa ilalim ng ilang mga pangyayari, ang mga
panalangin ay hindi sinasagot. Bakit minsan ay hindi ito
sinasagot? Ang sagot ay nasa mga negatibong binhi na
nagkukubli sa lupa ng subconscious mind. Ang mga
masasamang gawi na nabuo noong nakaraan at kamakailan
lamang, ay nagsisilbing hadlang sa pagitan ng isang tao at
ng Diyos. Ang mga positibong kaisipan ay dapat itanim sa
lupa ng kaluluwa upang ang mga ito ay sumibol at lumago
sa ilalim ng tamang mga kondisyon at mamunga. Hindi

maaaring umasa lamang sa kalusugan, kasaganaan, at mga kanais-nais na pangyayari, dahil ang mga ito ay panandalian at pansamantala. Makabubuting mamuhunan sa larangan ng .espiritu

May mga mapanirang puwersa na patuloy na gumagana sa buhay at kaluluwa ng isang tao, na nagmumula sa mga nakaraang pagkakamali. Kaya naman, dapat manatiling mapagmatyag at maingat sa pagharap at pagharap sa mga .makapangyarihang puwersang ito

Sinumang mananalangin para sa tagumpay habang sabay na iniisip sa sarili, "Sa palagay ko ay hindi ako magtatagumpay," ay hindi magtatagumpay. Ang panalangin ay dapat ialay nang may maalab na pananampalataya at mapagpakumbabang puso upang ang banal na liwanag ay .sumikat at ang mga pagpapala ng langit ay bumaba Kung paanong imposibleng magsalita sa isang sirang telepono, imposible ring epektibong maipalaganap ang mga panalangin sa isang isipan na nabibigatan ng mga alalahanin, pagkabalisa, kawalang-kasiyahan, at pagkahumaling sa mga panandaliang bagay. Sa pamamagitan ng malalim na katahimikan at mapayapang pagkakasundo na may pino at nakabubuo na mga vibrasyon, ang isipan ay maaaring maayos at ma-calibrate, ang espirituwal na pagtanggap nito ay mapalakas, na nagbibigay-daan sa mahusay at epektibong paghahatid ng mga taos-pusong mensahe sa Diyos at ang pagtanggap ng .Kanyang pinagpalang tugon

O Panginoon, habang ang aking mga kamay ay nakahawak sa aking dibdib, iniaalay ko sa Iyo ang aking buong pagkatao, at pinupuno ko ang aking mga panalangin ng malalim na pagmamahal. Ipagkaloob mo sa akin ang inosenteng pagmamahal ng mga bata para sa Iyo, at tulungan mo akong madama ang Iyong kalapitan sa likod ng mga salita ng aking mga pagsusumamo. Hayaan mong madama ko ang Iyong presensya sa lahat ng aking

nararamdaman, at hayaan mong mapagtanto ko na ang
lyong karunungan ang sumusuporta sa aking pang-unawa at
ang aking buhay ay isang kislap ng lyong liwanag at isang
.pagpapakita ng lyong pangkalahatang buhay
Sila ang karaniwang pinakamasayang tao

Ang tunay na kaligayahan ng tao ay nakasalalay sa
patuloy na kahandaan ng isang tao na matuto at kumilos
nang wasto at magalang. Habang mas pinagbubuti ng isang
tao ang kanyang sarili, mas malaki ang naiaambag niya sa
.pag-unlad at kaligayahan ng mga nakapaligid sa kanya

Ang pangunahing sanhi ng sakit
Ang koneksyon ng espirituwal na sarili sa katawan at
isipan, at ang pagsasakatuparan nito sa pamamagitan ng
mga ito, ang ugat ng lahat ng ating sakit, limitasyon,
paghihigpit, pagkukulang, at kakulangan. Dahil sa
koneksyon na ito, nararanasan natin ang kasabikan
gayundin ang sakit at kasiyahan, hanggang sa puntong hindi
natin kayang maranasan ang banal na kaligayahan o
.kamalayan

Ang relihiyon, sa esensya nito, ay kinabibilangan ng
permanenteng pag-iwas sa sakit at pagkamit ng purong
kaligayahan, o Diyos

Kung paanong ang aktwal na imahe ng araw ay hindi
malinaw na makikita sa ibabaw ng magulong tubig,
gayundin ang tunay at pinagpalang kalikasan ng espirituwal
na kaluluwa (ang repleksyon ng buong espiritu) ay hindi
mauunawaan at ang esensya nito ay hindi mahahawakan ng
mga alon ng kaguluhan at pagkabalisa na nagmumula sa
pagkakaugnay ng kaluluwa sa pabago-bago at nagbabagong
.mga estado ng katawan at isip

Kung paanong ang pinaghalong tubig ay nagpapabago
sa tunay na imahe ng araw, gayundin ang isang magulong
isipan ay nagpapabago sa laging masayang panloob na
kalikasan ng kaluluwa sa pamamagitan ng pagkakakilanlan o
.kaugnayang iyon

:Nakasaad sa mga aklat ng karunungan Silanganin
Kung maaangat mo ang iyong sarili mula sa katawan at"
mapagtanto na ikaw ay isang kaluluwa, magkakaroon ka ng
walang hanggang kaligayahan at magiging malaya mula sa
lahat ng sakit" {At sabihin, "Panginoon ko, dagdagan mo ako
ng kaalaman"}

At makikilala ninyo ang katotohanan, at ang}
{katotohanan ang magpapalaya sa inyo
Ang kalayaan ay nagmumula sa pamamahala sa sarili,
ang mabuting ugali ang siyang pinakamabuting kaibigan
Ang pinakamaimpluwensyang mga salita ng aking guro,
si Sri Yuktswarji, ay ang tatlong salitang lagi niyang inuulit sa
akin: " Matuto kang kumilos nang maayos ." Hindi ko talaga
maipahayag ang aking pasasalamat sa kanya para doon,
.dahil alam kong hindi laging madaling kumilos nang maayos
Kapag kailangan mong malampasan ang isang bagay,
dapat mong maunawaan kung bakit dapat mo itong
malampasan. Hindi mo lang ito dapat talikuran at ilayo ang
iyong sarili dito, kundi dapat mo ring alisin ang pag-iisip
tungkol dito at alisin ito sa iyong mga iniisip. Ang negatibong
.pag-iisip ay isang matinding kaaway na dapat sakupin
Kung ililipat mo ang iyong pokus mula sa kamalayan sa
pandama patungo sa kamalayang espirituwal, makakamit
mo ang tagumpay at magdudulot ng kaligayahan sa iyong
sarili. Ang mga tagumpay ay nasa isipan. Dapat itanong ng
isa sa sarili: "Ako ba ay alipin ng aking mga pandama o ng
kanilang panginoon? Ako ba ay mayaman sa kapayapaan o
"?espirituwal na naghihirap
Hindi dapat maging biktima ng labis na kasiyahan ang
isang tao, ngunit huwag hayaang maging alipin ka ng mga
ito. Maging malaya. Maging mabait, palakaibigan,
masayahin, at masayahin, at maging sarili mong panginoon
sa lahat ng pagkakataon. Hindi dapat maging alipin lamang
ng mga pandama, kundi dapat kumilos ayon sa matibay na
paniniwala. Sinumang nagnanais na malampasan ang mga

dualidad at makamit ang kosmikong kamalayan ay dapat magtaglay ng pagpipigil sa sarili at sanayin ang kanilang sarili na tiisin ang lahat ng bagay at lahat ng mga pangyayari nang walang sikolohikal na pagkabalisa o .pagkabalisa

Ang paggawa ng anumang naisin ng isang tao ay hindi kalayaan, kundi isang pang-aabuso sa kalayaan. Ang kalayaan ay nagmumula sa pagsunod sa batas ng pagpipigil sa sarili, ibig sabihin, disiplina sa sarili. Ang tunay na kalayaan ay nangangahulugan ng paggawa ng lahat ng bagay na ginagabayan ng karunungan. Ang kalayaan ay kakaunti at mababaw kung walang pagsunod sa Diyos at sa .Kanyang mga batas

Karamihan sa buhay ng mga tao ay pinamamahalaan ng mga pagnanasa, hilig, ugali, gawi, at impluwensya sa kapaligiran at lipunan

Kapag ang mga gawi sa katawan ay nagsimulang kontrolin ang isip, nagiging mahirap para sa katawan na sundin ang mga utos ng kalooban. Ito ang dahilan kung bakit nahihirapan ang mga taong napakataba na magbawas ng timbang, kahit na sumusunod sa isang diyeta. Ang mga may malay na selula ay nakabuo na ng kanilang sariling mga gawi at hindi mabilis na tumutugon sa mga utos ng isip.

Gayunpaman, kung maayos na sinanay, kusang-loob silang susunod sa mga tagubilin ng isip nang walang kahit kaunting kontradiksyon ng mas mataas na kapangyarihang pangkaisipan—mga kapangyarihang may kakayahang kontrolin ang katawan kung maayos na sinanay at .ginagamit

Ang mabuting ugali ang iyong pinakamatalik na kaibigan, habang ang masamang ugali ay isang nakabalatkayong kaaway. Kaya naman, dapat mag-ingat sa pag-uulit ng isang ugali o kilos, dahil ang pag-uulit ay nagbabago ng isang kilos tungo sa isang ugali bago pa man ito mapagtanto, at ang ugali ay nagiging pangalawang

kalikasan. Gayunpaman, maaari itong baguhin sa
pamamagitan ng patuloy na mabubuting gawa at positibo at
.malikhaing pag-iisip

Mga palatandaan ng kaayusan at pagkakapare-pareho
sa lahat ng dako

Nangatuwiran ang mga sinaunang palaisip mula sa
kanilang obserbasyon na ang bawat tao ay pinaghalong
materya at isip, at bilang resulta ng obserbasyong ito,
naniwala sila sa pagkakaroon ng dalawang magkahiwalay na
.puwersa: kalikasan at isip

Pagkatapos ay nagsimula silang magtaka: "Bakit ang
lahat ng bagay sa kalikasan ay nakaayos sa isang tiyak na
paraan? Bakit ang isa sa mga braso ng isang tao ay hindi
mas mahaba kaysa sa isa? At bakit hindi nagbabanggaan
ang mga bituin at planeta sa kalawakan? Nakikita natin ang
mga palatandaan ng kaayusan at pagkakapare-pareho sa
"sansinukob saanman tayo tumingin

Mula sa premisang ito, napagpasyahan nila na ang isip
at materya ay hindi maaaring magkahiwalay at kasabay nito
ay may ganap na soberanya sa bawat isa sa kanila, dahil
dapat mayroong isang isip na kumokontrol sa lahat ng
.bagay

Ang konklusyong ito ay natural na humahantong sa
ideya ng iisang Diyos na siyang sanhi at pinagmulan ng
parehong materya at isip, na umiiral sa pamamagitan ng
mga ito at higit pa sa mga ito. Siya na nagkakamit ng ganap
na karunungan ay nauunawaan na ang lahat ng bagay, sa
esensya nito, ay espiritu, kahit na ang espiritong iyon ay
.natatakpan sa anyo at nakatago mula sa paningin

Ang mga nagtataglay ng espirituwal na kaalaman ay
nakikita ang liwanag ng Diyos na nabubunyag sa lahat ng
dako

Ang tanong ay: paano ito natuklasan ng mga
?mananaliksik noong una pa lamang

Bilang unang hakbang, ipinikit nila ang kanilang mga mata upang maalis ang direktang pakikipag-ugnayan sa mundo at materya, nang sa gayon ay maituon nila nang lubusan ang kanilang atensyon sa pag-alam sa pangkalahatang kaisipan na nasa likod ng mundo at .materya

Intuitibo nilang naunawaan na hindi nila madarama ang banal na presensya sa kalikasan sa pamamagitan ng mga ordinaryong persepsyon ng limang pandama. Kaya, naghanap sila ng paraan upang madama ang presensya nito sa kanilang sarili sa pamamagitan ng malalim at tumpak na .pagtuon dito

Sa wakas, nagawa nilang isara at isara ang lahat ng pinto at daan ng limang pandama, pansamantalang naging ganap na malaya sa materyal na kamalayan. Pagkatapos, ang panloob na mundo ng espiritu ay nagsimulang magpakita sa kanila at magbukas sa harap nila. Para sa mga dakilang indibidwal na walang pagod na nagpursigi sa kanilang esoterikong pananaliksik, sa wakas ay ipinahayag .ng Diyos ang kanyang sarili

Ilagay ang kapangyarihan ng Diyos sa likod ng iyong mga pagsisikap

Ilabas ang iyong panloob na lakas para sa mga nakabubuo at kapaki-pakinabang na layunin, at makakamit mo ang higit pa. Magpatuloy nang may matibay na determinasyon, gamit ang bawat elemento ng tagumpay. layon ang iyong sarili sa kapangyarihan ng iyong malikhaing espiritu, at makakakonekta ka sa walang hanggang kaisipan na may kakayahang magbigay-inspirasyon sa iyo at lutasin ang lahat ng iyong mga problema. Ang kapangyarihan ay patuloy na dadaloy sa iyo mula sa makapangyarihang pinagmumulan ng iyong espirituwal na pagkatao, na magbibigay-daan sa iyo upang makamit ang mga kahanga-hangang tagumpay at mga inobasyon sa bawat aspeto ng .buhay

Bago gumawa ng anumang mahalagang desisyon,
umupo nang tahimik at humingi ng tulong at pagpapala sa
Diyos. Saka mo matatanto na sa likod ng iyong lakas ay
nakasalalay ang lakas ng Diyos, sa likod ng iyong isip ay
nakasalalay ang isip ng Diyos, at sa likod ng iyong kalooban
ay nakasalalay ang kalooban ng Diyos. Hangga't ang Diyos
ay gumagawa kasama mo, ang iyong mga pagsisikap ay
hindi masasayang, ni hindi ka mabibigo; sa halip, ang iyong
lakas ay darami at ang iyong mga kakayahan ay lalago. At
kapag nagawa mo ang iyong mga gawain sa paglilingkod sa
.Diyos, matatanggap mo ang Kanyang mga pagpapala
Kung ang iyong gawain sa buhay ay mapagpakumbaba,
huwag kang humingi ng tawad. Maging mapagmalaki na
natutupad mo ang mga tungkuling ipinagkatiwala sa iyo ng
Diyos. Nais Niyang gampanan mo ang iyong bahagi sa abot
ng iyong makakaya. Hindi lahat ay kayang gampanan ang
parehong papel na ginagampanan mo. Hangga't
nagsusumikap kang palugdan ang Diyos, lahat ng puwersa
ng sansinukob ay gagawa nang may pagkakaisa para sa
.iyong kaligayahan at kagalingan
Kapag pinatotohanan mo sa Diyos na hinahangad mo
Siya higit sa lahat, ihahanay mo ang iyong sarili sa Kanyang
kalooban. At kapag walang humpay mo Siyang hinanap,
anuman ang mga balakid na humahadlang sa iyong daan,
ginagamit mo nang husto ang iyong kalooban bilang tao, at
ginagamit mo rin ang batas ng tagumpay na alam ng mga
sinaunang pantas at ng lahat ng nakamit ang tunay na
.tagumpay
Ang sagradong kapangyarihang kosmiko ay naglilingkod
sa iyo hangga't tunay kang nagsisikap na gamitin ang
pinagpalang kapangyarihang iyon upang makamit ang
kalusugan, kaligayahan, at kapayapaan. Sa pagkamit ng
mga marangal na layuning ito, tatahakin mo ang landas ng
pagkilala sa sarili patungo sa iyong tunay na tahanan sa
.Diyos

Ang kaligayahan ang sukatan ng tagumpay
Una, dapat mong tiyakin na ang layuning nais mong
makamit ay sulit na pagsikapan at ang pagkamit nito ay
.nararapat na ituring na isang tunay na tagumpay
Ano ang tagumpay? Kung mayroon kang kalusugan at
kayamanan ngunit may mga problema sa lahat (at pati na
rin sa iyong sarili), hindi magiging matagumpay ang iyong
buhay. Ang mundo ay nagiging malungkot at ang buhay ay
walang bunga kung hindi mo mahanap ang kaligayahan.
Kapag nawalan ka ng pera, may mawawala sa iyo. Kapag
nawalan ka ng kalusugan, may mawawala sa iyo na mas
mahalaga. Ngunit kapag nawalan ka ng kapayapaan at
katahimikan, nawawala sa iyo ang pinakamahalagang
.kayamanan ng buhay

Samakatuwid, ang tagumpay ay dapat sukatin sa
pamantayan ng kaligayahan, sa kakayahang umayon at
sumunod sa mga batas ng mundo. Ang tagumpay ay hindi
nasusukat sa mga pamantayan ng mundo tulad ng
kalusugan, katayuan, at kapangyarihan. Ang mga bagay na
ito mismo ay hindi nagdudulot ng kaligayahan maliban kung
gagamitin nang tama. Upang mangyari ito, dapat taglayin ng
isang tao ang karunungan at pagmamahal sa Diyos at sa
.sangkatauhan

Binigyan ka ng Diyos ng kapangyarihang gantimpalaan
o parusahan ang iyong sarili sa pamamagitan ng paggamit o
maling paggamit ng iyong isip at kalooban. Kung lalabagin
mo ang mga batas ng kalusugan, kasaganaan, at
karunungan, tiyak na magdurusa ka sa sakit, kahirapan, at
kamangmangan. Kaya naman, dapat mong palakasin ang
iyong isip at tanggihan ang naipon na sikolohikal at moral na
pasanin ng mga nakaraang taon. Sunugin ang mga lumang
tambak na iyon sa apoy ng iyong kasalukuyang pinagpalang
mga desisyon at nakabubuo na mga gawain, at maaabot mo
.ang mga abot-tanaw ng kalayaan

Ang kaligayahan ay nakasalalay – sa isang antas – sa mga panlabas na pangyayari, ngunit pangunahin itong nakasalalay sa estado ng pag-iisip ng isang tao. Upang maging masaya, ang isang tao ay dapat magkaroon ng mabuting kalusugan, balanseng pag-iisip, masaganang buhay, angkop na trabaho, isang mapagpasalamat na puso, .at higit sa lahat, karunungan at kaalaman sa Diyos

Ang matibay na determinasyon na maging masaya ay makakatulong nang malaki sa iyo. Huwag asahan na magbabago ang iyong mga kalagayan, na nagkakamali sa paniniwalang ang iyong mga problema ay nasa ibang lugar. Huwag hayaang ang kalungkutan ay maging isang nakaukit na ugali na mahirap bitawan, na magdudulot ng sikolohikal .na sakit sa iyong sarili at sa mga nakapaligid sa iyo
Isa sa mga pinakadakilang biyaya para sa iyo at sa iba ay ang maging masaya at optimistiko. Kung mayroon kang kaligayahan, nakamit mo na ang lahat. Ang kaligayahan ay nangangahulugan ng pagiging naaayon sa Diyos, at ang meditasyon ay nagbibigay ng kakayahang makamit ang .kaligayahan

Mga gawi sa pag-iisip: Pagpapabilis o pagpapaliban ng tagumpay

Ang mga gawi ng isang tao ay may kapangyarihang mapabilis o maantala ang kanilang tagumpay. Hindi ang mga panandaliang inspirasyon o makikinang na ideya, kundi ang pang-araw-araw na gawi sa pag-iisip ng isang tao ang .nagtatakda ng takbo ng kanilang buhay

Ang mga gawi sa pag-iisip ay parang magnet, na umaakit sa ilang mga bagay, tao, at mga pangyayari. Ang mabubuting gawi sa pag-iisip ay nagbibigay-daan sa iyo upang makaakit ng mga kanais-nais at kapaki-pakinabang na mga pagkakataon, habang ang masasamang gawi sa pag-iisip ay naglalapit sa iyo sa mga taong may makamundong tendensiya at hindi kanais-nais na mga .pangyayari

Maaari mong i-neutralize ang masasamang gawi at pahinain ang kanilang kapangyarihan sa pamamagitan ng pag-iwas sa anumang bagay na maaaring mag-trigger o magpasigla sa mga ito, nang hindi palaging nakatuon sa mga ito. Pagkatapos, ituon ang iyong mga iniisip patungo sa isang mabuting gawi at pagsikapan na paunlarin ito nang palagian hanggang sa maging mahalagang bahagi ito ng .iyong buhay na maaari mong pagkatiwalaan at asahan

Sa loob natin, dalawang magkasalungat na puwersa ang patuloy na naglalaban: isa na nagtutulak sa atin na gawin ang hindi natin dapat gawin, at isa pa na nagbibigay-inspirasyon sa atin na gawin ang dapat nating gawin, kahit na tila mas mahirap ito. Ang unang tinig ay ang tinig ng kasamaan, ang pangalawa ay ang tinig ng kabutihan, o ang .Diyos

Sa pamamagitan ng mahihirap na pang-araw-araw na mga aralin, malinaw mong makikita na ang masasamang gawi ay nagpapakain sa puno ng walang katapusang materyal na mga pagnanasa, habang ang mabubuting gawi ay nagpapakain sa puno ng matayog na espirituwal na pag-asa at mithiin

Dapat mong higit na ituon ang iyong mga pagsisikap sa wastong pag-unlad ng pinagpalang espirituwal na puno upang balang araw ay maani mo ang masarap at hinog na .bunga ng pagkilala sa sarili

Kung mapapalaya mo ang iyong sarili mula sa lahat ng uri ng masasamang gawi, at kung magagawa mo ang lahat ng mabuti at marangal dahil sa pagmamahal sa kadakilaan at kabaitan at hindi dahil ang kasamaan ay nagdudulot ng kalungkutan at panghihinayang, kung gayon ay lalago ang .iyong espiritu at susulong sa landas

Magiging malaya ka kapag kusang-loob at sadyang tinalikuran mo ang iyong masasamang gawi. Magiging malaya ka lamang kapag naging mga panginoon ka na, kayang utusan ang iyong mga damdamin, kaisipan, at

kagustuhan na gawin ang dapat gawin, kahit na taliwas ito sa iyong mga naisin. Sa kapangyarihang iyon ng pagpipigil sa sarili at pagkontrol sa sarili ay nakasalalay ang mga binhi .ng walang hanggang kalayaan

Nabanggit ko na ang ilang mahahalagang katangian ng tagumpay sa ngayon: positibong pag-iisip, lakas ng loob, saykoanalisis, inisyatiba, at disiplina sa sarili. Maraming aklat ang nagbibigay-diin sa isa o higit pa sa mga katangiang ito ngunit hindi kinikilala ang banal na kapangyarihang saligan ng mga salik na ito. Ang pag-ayon sa banal na kalooban ang .pinakamahalagang elemento sa pagkamit ng tagumpay

Ang banal na kalooban ay ang puwersang nagpapagalaw sa mundo at sa lahat ng bagay na narito, at sa sansinukob at sa lahat ng bagay na narito. Kalooban ng Diyos ang nagtutulak sa mga bituin sa kalawakan, at ang Kanyang kalooban ang nagpapanatili sa mga planeta sa kanilang mga orbit at kumokontrol sa mga siklo ng pagsilang, paglaki, at pagkabulok ng lahat ng anyo ng .buhay

Mga baga ng pananabik

O, Panginoon

Nawa'y magliyab magpakailanman ang mga baga ng aking pananabik sa iyong pinagpalang presensya Pumitas, aking minamahal na Diyos, ng lotus ng aking pag-ibig mula sa putik ng makalupang limot, at palamutian .nito ang dibdib ng iyong laging mapagbantay na alaala Sa santuwaryo ng kalangitan, ako'y nagpapatirapa sa

harap Mo, aking Diyos

Narinig ko ang iyong boses sa halimuyak ng mga rosas

At naramdaman ko ang iyong lambing sa kaselanan ng

mga liryo

At sa bulong ng aking mga pananabik, ang iyong pag-

ibig ang siyang sagot

Alam ko na ang Diyos ay maaaring makilala sa pamamagitan ng pagmumuni-muni at tiyak na pang-unawa,

ngunit hindi sa pamamagitan ng isang nalilito at magulong
.isip

Imumulat ko ang aking mga mata sa kaligayahan ng
pagmumuni-muni at makikitang ang lahat ng kadiliman ay
naglaho na. Ilulubog ko ang aking sarili sa lawa ng banal na
kapayapaan na nakatago sa likod ng mga pader ng
pagmumuni-muni, at lilinisin ko ang aking panloob na
pagkatao sa pamamagitan ng pagmumuni-muni upang hindi
ito masira ng mga sumasalungat na panlabas na
impluwensya. At sasalubungin ko ang bawat araw nang may
.pagmumuni-muni sa Makapangyarihan
Sa santuwaryo ng katahimikan, natuklasan ko ang altar
ng iyong kapayapaan
At sa altar ng kapayapaan ay matatagpuan ko ang iyong
patuloy na nababagong kagalakan
Panginoon, iparinig mo sa akin ang iyong tinig sa yungib
ng pagmumuni-muni, at sa gayon ay matatagpuan ko ang
walang hanggang kaligayahan sa langit sa aking sarili. Ang
kapayapaan ay pupuno sa aking puso at mananaig sa aking
.pagkatao, maging sa katahimikan o habang nagtatrabaho
Bawat maliwanag at kumikislap na bituin sa simboryo
,ng kalangitan, at bawat dalisay at malinis na kaisipan
Bawat marangal na gawa at magandang gawa ay
magiging isang bintana kung saan ako'y nakatanaw sa Iyo,
aking minamahal na Diyos
Taglay ang ganap na pokus ng isip at walang
katapusang pananabik, ipadadala ko ang aking kamalayan
sa pamamagitan ng espirituwal na mata (sa pagitan ng mga
.kilay) patungo sa kaharian ng kawalang-hanggan
Palalayain ko ang aking kaluluwa mula sa pagkabihag
ng katawan at hahaluin ito sa mas malawak na dagat ng
espiritu

Ang pangangailangan ng saykoanalisis
Isa pang sikreto sa tagumpay ay ang saykoanalisis. Ang
introspeksyon ay isang salamin kung saan makikita mo ang

mga nakatagong kalaliman ng iyong isipan na kung hindi
.man ay mananatiling nakatago mula sa iyo
Tukuyin ang iyong mga punto ng pagkukulang at ayusin
ang iyong mabuti at masamang mga tendensiya at hilig
Gamitin ang pagsusuri sa sarili upang maunawaan kung
nasaan ka ngayon, kung ano ang gusto mong makamit, at
kung anong mga balakid ang humahadlang sa iyong daan.
Tukuyin ang iyong aktwal na gawain at unawain ang iyong
.layunin sa buhay

Sikapin ang lahat ng katangian ng isang tunay
at marangal na karakter, na hindi nabibigatan ng mga
kapritso at pagnanasa. Sa pamamagitan ng pagpapanatiling
nakahanay at naaayon ang iyong isipan sa Diyos, ikaw ay
mabilis, ligtas, at may kumpiyansa na susulong sa landas
patungo sa iyong ninanais na layunin. Ang iyong
pangunahing layunin ay hanapin ang iyong daan patungo sa
Diyos. Ngunit mayroon ding mga tungkulin at responsibilidad
.na dapat gampanan sa mundong ito

Dito sa mundong ito, tayo ay nagmumukhang mga
estranghero, at tanging kapag iniibig natin ang Diyos tayo
.nagiging magkakapatid

Ang lakas ng loob na may kasamang inisyatiba ay
tutulong sa iyo na tukuyin ang iyong mga pangako at ganap
na tuparin ang mga ito. Ano ang inisyatiba? Ito ay isang
malikhaing kakayahan sa loob mo: isang kislap mula sa
walang hanggang Lumikha na maaaring magbigay sa iyo ng
kapangyarihang lumikha ng isang bagay na hindi pa nalilikha
ng iba. Nag-uudyok ito sa iyo na gawin ang mga bagay sa
bago at malikhaing paraan. Ang mga nagawa ng isang taong
may inisyatiba ay maaaring maging nakasisilaw at kahanga-
hanga tulad ng isang bulalakaw. Sa pamamagitan ng
paglikha ng isang bagay na tila mula sa wala, ipinapakita
nila na ang tila imposible ay talagang posible kapag ginamit
ng sangkatauhan ang kapangyarihan ng kataas-taasang
espíritu ng pagkamalikhain. Ang inisyatiba at inobasyon ay

nagbibigay-daan sa iyo na tumayo sa sarili mong mga paa,
malaya at nagsasarili, at kabilang sa mga tanda ng
.tagumpay

Alerto sa mga Ideya ng Tagumpay

Kung sakaling nabigo ka na sa ngayon, isang
kahangalan ang tumigil sa pakikipaglaban at ituring ang
pagkabigo bilang kapalaran

Mas mabuting mamatay sa pakikipaglaban kaysa
tumigil sa pagsisikap hangga't kaya pang makamit ang higit
pa, dahil ang pagsisikap ay magpapatuloy sa isang bagong
.buhay kahit pagkatapos ng kamatayan

Ang tagumpay at pagkabigo ay makatarungang bunga
ng iyong nagawa noon, pati na rin ng iyong ginagawa
ngayon. Kaya naman, dapat mong pagyamanin ang mga
kaisipan ng tagumpay mula sa mga nakaraang karanasan at
pasiglahin ang mga ito upang makontrol mo ang mga
.kaisipan ng pagkabigo sa iyong kasalukuyang buhay

Ang mga kahirapan at problemang kinakaharap ng
isang matagumpay na tao ay maaaring mas malaki kaysa sa
mga kinakaharap ng isang hindi matagumpay na tao.

Gayunpaman, sinanay ng mga nauna ang kanilang sarili na
.tanggihan ang ideya ng pagkabigo nang lubusan at palagian

Dapat mong ilipat ang iyong isipan mula sa pagkabigo

at kawalan ng pag-asa tungo sa tagumpay at tagumpay;
mula sa pag-aalala tungo sa katahimikan; mula sa kalituhan
at pagkabalisa sa intelektwal na pokus; mula sa kaguluhan
at kaguluhan tungo sa kapayapaan; at mula sa kapayapaan
tungo sa sagradong espirituwal na kaligayahan. Kapag
taglay mo ang kaalamang ito sa sarili, ang layunin ng iyong
buhay ay nakoronahan ng tagumpay at maluwalhating
.nakamit, sa tulong ng Diyos

Kapangyarihan ng pag-iisip

Ipinapakita mo ang tagumpay o kabiguan ayon sa
kalidad at katangian ng iyong karaniwang pag-iisip

Alin ang mas makapangyarihan sa iyong buhay: ang
mga kaisipan ng tagumpay o ang mga kaisipan ng
?pagkabigo

Kung ang iyong pag-iisip ay puro negatibo, ang
paminsan-minsang positibong pag-iisip ay hindi sapat upang
makaakit ng tagumpay. Ngunit kung mag-iisip ka nang
tapat, makikita mo ang iyong hinahanap at mararating mo
ang iyong layunin, kahit na pakiramdam mo ay
.napapaligiran ka ng kadiliman

Ikaw lamang ang may pananagutan sa iyong sarili.
Walang ibang magbibigay ng sagot o mananagot para sa iyo
sa Araw ng Paghuhukom. Ang iyong gawain sa mundo, kung
saan ka inilagay ng iyong mga aksyon (ang mga resulta ng
iyong mga nakaraang gawa), ay maaari lamang gawin ng
isang tao: ikaw. At ang iyong gawain ay maituturing na
matagumpay lamang kapag nagsisilbi ito sa iyong kapwa tao
.sa anumang paraan

Huwag mag-isip ng anumang problema o patuloy na
isipin ito. Hayaang magpahinga ang mga bagay-bagay nang
ilang sandali, at maaaring malutas ang mga ito nang kusa.

Ngunit huwag hayaang magpahinga ang mga ito nang
matagal na maaaring mawalan ka ng kakayahang umintindi.

Sa halip, gamitin ang mga panahong ito ng pahinga upang
palalimin ang iyong pagninilay-nilay at maabot ang mga
tahimik na abot-tanaw sa loob mo. Kapag ikaw ay nasa
pagkakasundo mo na ang iyong sarili, maiisip mo nang
malinaw ang lahat ng iyong ginagawa. Kahit na gumala-gala
ang iyong mga iniisip, maaayos mo ang mga ito at maiaayos
mulí. Ang pinagpalang kakayahang ito na maging nasa
pagkakasundo ay maaaring makamit sa pamamagitan ng
.pagsisikap at pagsasanay

Ina, ayon sa gurong si Paramhansa
Isang lektura na ibinigay niya noong Araw ng mga Ina

Dalhin natin ang araw na ito bilang isang mabuting pag-
alala para sa lahat ng mabubuting ina na nagpalaki sa
.kanilang mga anak nang may kabaitan at pagmamahal
Ang pagmamahal ng isang ina ay hindi ibinigay sa atin
upang pasayahin tayo sa pamamagitan ng pagiging
maawain at kawalang-bahala, kundi upang magbigay-
inspirasyon sa ating mga puso ng lambing upang
mapalambot natin ang mga puso ng iba sa pamamagitan ng
kabaitan at mapalaya ang mga pagod na kaluluwa mula sa
mga alalahanin at limitasyon ng mundo. Ang mga nalulunod
sa trahedya at kalungkutan, na nagdurusa mula sa
maraming kasawian at kahirapan, ay nangangailangan ng
.ating banayad na pag-unawa at mahabaging empatiya
Natanggap ko ang aking espirituwal na kaliwanagan sa
pamamagitan ng aking dakilang pagmamahal sa aking ina;
ang aking taos-pusong pagmamahal sa aking ina ang
pangunahing dahilan ng aking lumalaking pagmamahal sa
Diyos, dahil ang pagmamahal na iyon ang nag-udyok sa akin
na hanapin ang dalisay na pinagmumulan nito, at natagpuan
ko ito sa Diyos, ang pinagmumulan ng lahat ng kabutihan at
.kagalingan

Ang isang ina ay mas malambing at mapagpatawad
kaysa sa isang ama. Ang ina ang pinakadalisay na
halimbawa ng walang kundisyong pagmamahal ng Diyos.
Nilikha ng Diyos ang mga ina upang ipahayag ang Kanyang
.pagmamahal sa atin, may dahilan man o wala
Itinuturing ko ang babae bilang ang makataong
manipestasyon ng pangkalahatang pagiging ina, at ang
pinakahinahangaan ko sa kanya ay ang kanyang tunay na
pagmamahal bilang ina. Ang mga nakakakita ng espirituwal
na kagandahan at kahanga-hangang kahulugan sa babae ay
nagising sa pamamagitan ng marangal na damdamin at
nabubuksan ang kanilang mga sarili sa malawak na larangan
ng inspirasyon. Ang pangkalahatang pagmamahal ay
tumatagos sa puso ng sinumang tumitingin sa babae nang

may pagpapahalaga at paggalang at tinatrato siya nang may
.kabaitan at karangalan

Kung hindi itinanim ng Diyos ang Kanyang pagmamahal
sa puso ng mga ina, hindi sana nila nagawang mahalin ang
kanilang mga anak. Gayunpaman, ang papuri ay dahil din sa
paraan ng pagdaloy ng pagmamahal na iyon. Ang lahat ng
dakilang tao ay nagpakita ng dakilang pagmamahal sa
.kanilang mga ina

Ang tahanan ay puno ng liwanag, kagalakan, at mga
biyaya dahil sa presensya ng ina. Panatilihin nating laging
nagliliyab ang apoy ng pagmamahal ng isang ina sa ating
.mga puso

At pagbati sa lahat ng mga mabubuting ina sa mundo
At sa lahat ng mga taong may mabuting pakikitungo sa
kanila
Bilang pagpupugay sa kanila at pagkilala sa kanilang
merito

Mga Bulong ng Kalaliman

Guro Paramhansa Yogananda

Pagsasalin: Mahmoud Masoud

Matagal akong nanatili sa kama ng Iyong paglikha,
nakaraan, kasalukuyan, at hinaharap, at ako—ang anak ng
kawalang-hanggan—ay nakaramdam ng pagkabalisa at
pagkabalisa. Paulit-ulit akong nagpumiglas, ngunit walang
kabuluhan, hanggang sa wakas ay nagtagumpay akong
tumalon mula sa kama na napapalibutan ng mga hadlang ng
mapanlinlang na relatibidad. Kinarga mo ako sa Iyong mga
kamay at kinalong ako ng mga himig ng walang hanggang
kapayapaan. Ako ang anak ng kawalang-hanggan—ang
Iyong kawalang-hanggan—at ipinapahinga ko ang aking ulo
sa sinapupunan ng Iyong sumasaklaw sa lahat.

Huwag kang mag-alala, anak ko

Sa isang mahirap na sandali, narinig ko ang iyong tinig na nagsasabing: "Ang araw ng aking proteksyon ay pantay na sumisikat sa iyong pinakamaliwanag at pinakamadilim na oras"

Huwag kang mag-alala, anak ko, kundi manalig ka at ngumiti! Sapagkat ang kalungkutan ay isang kawalan ng katarungan sa pinagpalang kalikasan ng kaluluwa. Hayaan mong sumikat ang aking nakapagpapagaling na liwanag sa iyong nagniningning na mga ngiti. Ang iyong kaligayahan, anak ko, ay nagdudulot sa akin ng kagalakan at kasiyahan.

Magsaya kasama ka

Sa di mabilang na buhay, nakipaglaro ako sa iyo at umawit ng di mabilang na mga himig. Naaalala ko pa rin ang iyong mainit na yakap tuwing ako'y uuwi—sa iyo—pagkatapos ng maraming siglong pagkawala, isang panginginig ng pamamaalam ang bumabalot sa akin. At narito akong muli, sa iyong walang hanggang presensya, tumutugtog at tumatawa kasama ka, inaawit sa iyo ang mga awit ng aking walang hanggang pag-ibig.

Hindi labag sa aking kalooban, O Kamatayan

Hindi ako sapilitang kakaladkarin mula sa lupa laban sa aking kalooban na parang isang batang takas na hinihila mula sa kanyang mga kasamahan. Mahal ko ang Diyos, at mahal Niya ako; at kapag ako'y lumisan sa huling pagkakataon, natapos ko na ang papel na ito sa entablado ng panahon—ang gawaing ito na nilayon ng Diyos na gampanan ko bilang pagpapatuloy ng Kanyang kosmikong drama. Sa pagganap ng aking bahagi sa drama ng buhay, ako'y ngingiti at iiyak: nagagalak sa katuparan ng mga kahilingan at nagdadalamhati sa pagkawasak ng mga pag-asa. Ngunit sa pagtatapos ng aking papel, gaano man kahirap at nakakapagod, aalis ako sa entablado ng lupa na

may nakangiting puso. Magpapahinga ako sandali sa yakap ng kosmikong ina, magpapakasaya sa kanyang kaligayahan, at pagkatapos ay babalik ako sa lupa, hindi na naaakit ng mga lumang pagnanasang pabaya na itinanim sa hardin ng panlilinlang, kundi bilang tugon sa kanyang banayad at mabait na kahilingan.

Mapagmahal na Lotus

Ang bubuyog ng aking isipan ay nahuhumaling sa lotus ng Iyong mapagmahal na puso, O Panginoon, kung saan ako humihigop ng nektar ng Iyong banayad na pag-ibig. Ang espirituwal kong bubuyog na ito ay nagtitipon lamang ng mga bulaklak na naglalabas ng Iyong matamis na halimuyak. Pinagkaitan ko ang aking sarili ng pulot-pukyutan ng mga kasiyahang pandama at lumipad nang malayo sa itaas ng mga tigang na hardin ng imahinasyon hanggang sa wakas ay natagpuan ko ang lotus ng Iyong banal na liwanag. Ako ang Iyong bubuyog na gumagala sa mga parang ng mga pagkakatawang-tao, naaakit ng mga amoy ng mga bulaklak sa hindi mabilang na mga karanasan. Ngunit ngayon ay tumigil na ako sa aking paggala, sapagkat ang Iyong pinagpalang halimuyak ay pumawi sa uhaw ng aking kaluluwa at nasiyahan ang aking nag-aalab na pananabik para sa anumang pabango o matamis na amoy.

Nagliliyab ang kagubatan ng panlilinlang

Nakaramdam ako ng kalungkutan at depresyon sa kagubatan ng ilusyon at panlilinlang, kaya nagsindi ako ng mga bungkos ng disiplina sa sarili, ngunit ang apoy ay dahan-dahang nagliyak at walang ningas. Nanalangin ako mula sa kaibuturan ng aking puso, at Ikaw ay lumapit sa akin, O Panginoon, at pinasiklab ang ilan sa aking mga kahinaan, at ang mga ningas ay mabilis na kumalat sa mga tuyong palumpong at masukal ng kamalian. Pagkatapos ay naabot nila ang mga matitinik na palumpong ng mga

pagnanasa at dumampi sa matatayog na puno ng pagmamataas at kayabangan. Ang mga dila ng Iyong liwanag ay tumupok sa malawak na kagubatan ng aking kamangmangan at ginawa silang abo. Nagpapasalamat ako sa Iyo, O Banal na Nagbabago! At nawa'y bumaling ang Iyong mga lingkod sa Iyo sa pagsusumamo at panalangin para sa agarang tulong at mabilis na paggaling.

Ang tunay mong kanta

Upang marinig ka, Anghel na Tagapag-alaga, itinutunog ko ang radyo ng aking panloob na paningin gamit ang banayad na haplos ng pag-ibig. Madalas sa pagmumuni-muni, nakinig ako sa pinakamatamis na himig ng iyong mga banal na malapit sa iyo: sa mga kahanga-hangang espirituwal na simponya, sa mga komposisyong isinilang ng aking puso, at sa malambing na awit ng aking sinaunang pananabik sa iyo. Taglay ang pagtitiis at kahinahunan, itinutunog ko ang instrumento ng aking pinakamalalim na damdamin, at nang bumigat ang antok sa aking mga talukap-mata at malapit na akong makatulog, ang iyong tunay na awit ay dumaloy sa akin. At ngayon ay ibinobroadcast ko ang masayang mga alingawngaw ng iyong masasayang himig at idinaragdag ang aking tinig sa koro ng iyong mga deboto, upang ang mga himno ay lalong lumakas at ang pananabik at pananabik ay tumindi.

Lalangoy ako sa dagat ng mga kaluluwa

Kaisa Mo, Espiritung Sumasaklaw sa Lahat, ako ang magiging mismong pulso ng kosmikong buhay. Lulutang ako sa dagat ng mga kaluluwa. Sasayaw ako sa mga alon ng sagradong emosyon ng tao at huhugasan ang lahat ng pinagpalang kagalakan. Mula sa makalangit na Himalayas, ilalabas ko ang isang pandaigdigang agos ng matatayog na mithiin. Ako ang magiging bawat luhang ibinubuhos sa habag para sa iba. Ako ay naroroon sa ginintuang

katahimikan ng mga santo at sa namumulaklak na pag-asa
ng mga mala-rosas na isipan. O tapat na Tagatupad ng mga
Hiling!

Kapag ang aking walang hanggang kislap ay humalo sa
iyong walang hanggang liwanag, ako'y kikislap sa bawat
mata

Sumainyo ang kapayapaan

Mga bagong bulong at pananaw

Sa mga araw ng tag-araw ng buhay
Kinokolekta ko ang nektar ng emosyon
Mula sa mga bulaklak ng matatamis na birtud
Lumalaki sa mga hardin ng mabubuting kaluluwa
At itinago ko sa aking puso ang distiladong kakanyahan
Mula sa matayog na bulaklak ng pagpaparaya
At ang mga usbong ng kapakumbabaan na may
banayad na halimuyak
At ang mga bihirang bulaklak ng malambot na ideya ng
lotus
At kapag ang mga nyebe ng malamig na karanasan sa
taglamig ay bumabagsak sa paligid ko
At ang masakit na paghihiwalay sa lupa
Hinahanap ko ang init at kapanatagan
Sa nektar na nakaimbak sa selula ng aking puso
Sa pinagpalang selda na iyon, sa iyong presensya
Madalas kong mahanap ang banal na bubuyog
Higupin ang tamis ng aking mga lumang pananabik
Nakaramdam ako ng kapanatagan, kagalakan, at
kapanatagan
Ako'y magiging mga talon ng kaligayahan
Ang aking kagalakan ay umaalingawngaw sa patuloy na
agos
Kung saan tinatangay ng malakas na agos

Ang mabibigat na pasanin ng mga kalungkutan at
alalahanin ng iba

Susugod ako sa hindi kapani-paniwalang bilis
Sa ibabaw ng walang katapusang mga espasyo
Mula sa mga kaluluwang nagdurusa
Para mawala ang kanyang mga takot
At aalisin ko ang mga problema niya
Ako'y magiging isang kidlat
Sa pinakamadilim na gabi
Para magmukhang maganda
Ang iyong kagandahan, na nakatago mula pa noong
unang panahon

Sa likod ng dilim ng mga matang hindi nakakakita
Ako ang magiging nagniningning na sinag ng buwan
Pag-aalis ng dilim mula sa ibabaw ng lupa
Ako'y magiging mga sinag ng liwanag
Ang tagapagtaboy ng nakatagong kadiliman
Sa mga sulok ng pag-iisip ng tao
Sa Iyong biyaya, O Panginoon
Si Silashy, ang biglaang kinang ng karunungan
Mga pagkakamaling naipon sa paglipas ng mga
panahon at panahon
Ang kasiyahang nalilikha ng pag-ibig sa kaluluwa ay
wala sa mismong damdamin
Kundi sa saya na dulot ng pakiramdam na iyon
Dahil ang pag-ibig ay nagdudulot ng saya
Mahal natin ang pag-ibig dahil nagbibigay ito sa atin ng
lubos na kaligayahan
Hindi pag-ibig ang layunin; kaligayahan ang siyang
layunin
Ang Diyos ay walang hanggan at patuloy na
nagpapanibagong kaligayahan
At gayundin ang kalikasan ng kaluluwa, dahil dito ay
umawit ang mga mistiko

Yaong mga nakaranas ng katotohanang ito at nakatikim
:ng espirituwal na kagalakan
Mula sa kagalakan tayo ay nanggaling, sa kagalakan"
"tayo ay nabubuhay at ang ating pagkatao ay lumulutang
At sa kaluwalhatian ng kosmiko tayo'y babalik, upang
"matunaw sa kaligayahang iyon balang araw
Lahat ng mararangal na damdamin tulad ng
pagmamahal at habag
Walang saysay ang katapangan, sakripisyo, at
pagpapakumbaba kung walang kagalakan
Ang kagalakan ay nangangahulugang kagalakan, at ito
ay isang pagpapakita ng lubos na kaligayahan
O ang pinakamalaking kasiyahan
At tiyak na bibigyan ka ng iyong Panginoon, at ikaw ay}
{Magalak at magalak} {masisiyahan
Bagama't maaaring lumitaw ang kagalakan bilang
resulta ng ilang panlabas na pangyayari
Ngunit sa dalisay nitong diwa, hindi ito nakatali sa mga
kondisyon
Madalas itong lumilitaw nang walang mga kondisyong
materyal
Minsan, maaari kang magising sa umaga
Parang lilipad ka sa tuwa
At kapag nakaupo ka sa katahimikan ng pagmumuni-
muni, ang kagalakan ay pumuputok sa loob mo
Nang walang anumang panlabas na alarma na
gumigising sa kanya
Ito ay kagalakan ng kaluluwa na walang kapantay
Ngunit kapag ang kagalakan ay nauugnay sa ilang mga
pangyayari
Hindi ito nagmumula sa parehong mga pangyayari
Sa katunayan, ang mga pangyayaring iyon ay nagsilbing
paraan upang maranasan ang kagalakan
Ang dating nakatago sa kaluluwa, hinukay ko na parang
piko sa lupa ng kaluluwa

At isang bukal ng kagalakan ang inilabas mula sa
imbakan ng kaligayahang nakatago sa loob ng tao
Samakatuwid, sa karanasan ng tao, ang
pangangailangan ay karaniwang lumilitaw
Sa ilang mga kaganapan upang ilabas ang nakatagong
kagalakan sa kaibuturan
Ang pag-ibig ay likas din sa kaluluwa, ngunit ito ay
nakasalalay sa kagalakan
Walang pag-ibig kung walang kagalakan
Maiisip ba ng isang tao ang pag-ibig nang walang
kagalakan? Tiyak na hindi
Kapag pinag-uusapan natin ang sakit na dulot ng hindi
nasusukliang pag-ibig
Pinag-uusapan natin ang isang pananabik na hindi pa
natutupad
Ngunit ang tunay na karanasan ng pag-ibig ay laging
may kaakibat na kagalakan
Ang isip ko ay parang bubuyog, lumilipad ito
Patungo sa liblib na hardin ng aking puso
Ang taong naaantig ng simoy ng aking pag-ibig
Pinalamutian ng mga perlas ng hamog, ang iyong tamis
Nagtanim ako ng magagandang liryo para sa iyo
Mula sa espirituwal na diskriminasyon
at mga dilaw na daffodil
Para higupin ang mga luha ng aking pagsisisi
At mga pinong violet, mapangarapin ng
pagpapakumbaba
At ang puso ko ay bukas sa mga pananaw ng kaluluwa
Sa iyo ay iniaalay ko ang mga puno ng aking mga iniisip
Masasarap na bunga ng mababangong pagsusumamo
Gamit ang mga mapagkumbabang kamay na gawa sa
malambot at mahamog na mga sanga
At sa hardin ng aking puso
Ang mga iniisip ko ay parang bubuyog na umiindak sa
paligid ko

Lasing sa gitna ng purong nektar na iniaalok para sa iyo
Nakalimutan na ng buong mundo ang tunay na
"kahulugan ng salitang "pag-ibig
Ang pag-ibig ay ginamit nang mali at ang puso nito ay
winasak ng napakaraming tao kaya iilan na lamang ang
.nakakaalam ng kahulugan ng pag-ibig ngayon
Kung paanong ang langis ay matatagpuan sa bawat
bahagi ng olibo, gayundin ang pag-ibig ay tumatagos sa
bawat sulok ng sangnilikha. Ngunit ang pag-ibig ay
napakahirap bigyang-kahulugan, sa parehong dahilan kung
bakit hindi mailalarawan ng mga salita ang lasa ng
dalandan; kailangan tikman ang prutas upang malaman ang
.lasa nito. Ganito rin sa pag-ibig

Naranasan na ninyong lahat ang pag-ibig sa ilang
paraan sa inyong mga puso, at samakatuwid ay mayroon
kayong ideya tungkol sa kalikasan nito. Ngunit ang mga tao
sa kabuuan ay hindi alam kung paano linangin, dalisayin, at
.palawakin ang pag-ibig upang maabot ang banal na pag-ibig
Mayroong kislap ng banal na pag-ibig na naroroon sa
karamihan ng mga puso sa simula ng buhay, ngunit
kadalasan itong nawawala dahil hindi alam ng isang tao
.kung paano ito pangalagaan

Naniniwala ang karamihan na hindi na kailangang suriin
ang katangian ng pag-ibig. Alam nila ang pag-ibig bilang
isang pakiramdam na nararanasan nila para sa kanilang mga
kamag-anak, kaibigan, at iba pa na labis nilang naaakit.
.Ngunit ang pag-ibig ay higit pa roon

Ang tanging paraan ko para mailalarawan ang tunay na
pag-ibig ay sa pamamagitan ng paglalarawan ng epekto
nito, kung sana'y maramdaman ng isang tao kahit isang
.maliit na butil ng banal na pag-ibig

Nalula siya sa labis na kagalakan na higit pa sa
kaniyang kakayahang pigilan
Dapat tayong maging matatag sa paggawa ng mabuti at
pagsisikap na tumulong sa iba. Ang isang taong

nagmamalasakit lamang sa kanyang sarili at sa kanyang
pamilya ay hindi makakatagpo ng labis na kaligayahan, at
kung hindi niya iniisip ang ibang taong maaaring nagdurusa,
pinagkakaitan niya ang kanyang sarili ng kagalakang
nalilikha sa kaluluwa sa pamamagitan ng pag-abot ng tulong
sa mga nangangailangan. Bilang resulta, ang kanyang
sisidlan ng kaligayahan ay mananatiling maliit at ang mga
.laman nito ay hindi kumpleto

Para sa akin, ang pera ay may iisang kahulugan: gamitin
.ito sa paggawa ng mabuti at pagtulong sa iba
Kaunti lang sa mundong ito ang mga taong tapat, tapat,
at handang makipagkaibigan sa iyo dahil sa paggalang sa
.iyo at hindi para sa ibang layunin

Ang mga tapat na kaibigang ito ang kagalakan ng
mundo, at ang tunay na pagkakaibigan ay higit pa sa
.anumang kayamanan sa mundong ito

Ang taong tapat sa pakikitungo sa mga tao ay
makakatagpo ng Diyos. At ang taong may pagmamahal sa
kanilang puso ay tunay na makikilala ang iba, tulad ng
pagtingin sa isang malinaw na salamin at pag-unawa sa
kung ano ang nasa loob. Ang ganitong uri ng kaalaman
tungkol sa iba ay nagmumula sa pagmamahal sa Diyos at
.pagmamahal sa iba nang may parehong pagmamahal
Milyun-milyong tao ang nabibighani sa mga kamangha-
manghang bagay ng subconscious mind na nabubunyag
habang natutulog. Ngunit sa mas mataas na estado,
makikita o malalaman mo ang iyong ninanais hindi sa
pamamagitan ng imahinasyon, kundi sa pamamagitan ng
.realidad

Kaya kong umupo sa upuang ito at ibaling ang isip ko
kahit saan at makita kung ano talaga ang nangyayari sa
.lugar na iyon

Minsan ang mga disipulo ay nabubuhay sa
subconscious, at kung minsan ay umaakyat sila sa mas
mataas na kamalayan. At may piling iilan na kayang

malampasan ang mas mataas na kamalayan at makamit ang
kosmikong kamalayan: ang kaharian ng banal na espiritu, na
.walang pinagmulan o sanhi

Sa isang estado ng purong espirituwal na kamalayan,
hindi na kailangang isipin ng naghahanap ang mga bagay-
bagay nang maaga upang maranasan ang mga ito. Kapag
nakipag-isa sila sa kosmikong kamalayan, ang kanilang
kamalayan ay lumalawak at sumasama sa bawat atomo ng
pag-iral, at sila ay nagiging may malay na mulat sa buong
sansinukob at lahat ng nilalang. Ang karanasang ito ay isang
.pagpapalawig ng kamalayan nang walang katapusan

Sinumang makaranas ng kamalayang iyan ay
nakakaramdam na ito ay umiiral sa mga hibla ng damo at sa
mga taluktok ng bundok, at nararamdaman ang bawat selula
.ng kanyang katawan at bawat atomo ng kalawakan

Akala mo ba maliit ang katawan mo, gayong sa loob mo

!ay nakapaloob ang mas malawak na mundo

Ngunit ang kosmikong kamalayan ay higit pa riyan.

Kapag nararamdaman ng naghahanap ang kanilang
presensya sa lahat ng nilalang, nararanasan nila ang walang
hanggang kaligayahan at ang pinakadakilang banal na pag-
.ibig

At sa iyong pag-ibig ang aking mga pandama ay}
nakikibahagi, tulad ng lahat ng aking pagkatao ay napupuno
{sa iyong kagandahan
Ito ay nakikiisa sa pagiging nasa lahat ng dako ng banal
na kamalayan

Kaya't magkaroon ng mabuting inaasahan sa Diyos at
umasa sa Kanyang biyaya. Huwag mawalan ng pag-asa na
!maabot ang iyong layunin

Hindi maaaring makasama ng isang tao ang Diyos sa
pamamagitan lamang ng pag-iisip na siya ay nakamit na ang
espirituwal na kaliwanagan

Ang pagpapabuti ng sarili at pagpipino ng moralidad ay
mahahalagang kinakailangan para maabot ang mas
matataas na kalagayan

Malaki ang pagkakaiba ng pagkilala sa Diyos sa
posibleng paraan at ng pagkilala sa Diyos sa tunay na
paraan. Makikilala lamang Siya sa pamamagitan ng
kapakumbabaan, karunungan, katapatan, mabuting
.pagkatao, at taos-pusong pananabik

Ang taong mapagpakumbaba ay ang taong kumikilala
sa Diyos at kinikilala ng Diyos

Yaong mga malalim na sumasaliksik sa kosmikong
kamalayan ay natural na nagkakaroon ng mga pambihirang
espirituwal na kakayahan at kontrol sa mga likas na
puwersa. Gayunpaman, walang sinuman na nakakamit ng
tunay na banal na kamalayan ang gumagamit ng kanilang
mga kapangyarihan para sa pagmamalaki at pagpapasikat,
.nang walang karunungan o kahinahunan

Nauunawaan ng matatalinong tao na ang Diyos lamang
ang tanging nilalang at mapagpakumbabang ibinabalik sa
Kanya ang mga pambihirang kaloob na ipinagkaloob Niya sa
.kanila

Hindi ba't ang lahat ng bagay na umiiral ay isang
himala? At hindi ba't ang tao, dahil lamang sa kanyang pag-
?iral, ay isa ring himala

Kung ang mga tao ay hindi nasisiyahan sa lahat ng mga
kababalaghang nilikha ng Diyos, bakit pa kailangang
?gumawa ng mas maraming himala ang mga santo

Ang mga matuwid na banal ng Diyos ay hindi
gumagawa ng anuman maliban kung uutusan sila ng Diyos
na gawin ito, at kung minsan ay sa mga kadahilanang
.malabo at mahirap maunawaan

Ilalarawan ko sa pamamagitan ng isang halimbawa kung
paano naiiba ang mas mataas na kamalayan mula sa hindi
malay na kamalayan

Ang mas mataas na kamalayan ay ang estado kung
saan maaari kang – habang gising at natutulog at ganap na
may malay – magdulot ng anumang sensasyon sa katawan
sa pamamagitan ng kalooban at walang anumang panlabas
.na pampasigla

Sa kaharian ng walang malay na imahinasyon (sa
mundo ng mga panaginip), maaari kang uminom ng isang
tasa ng mainit na gatas

Ngunit ang pagsubok na ito ay ipinapataw sa iyo.
Gayunpaman, sa mas mataas na kamalayan, maaari mong
maranasan ang parehong bagay o anumang bagay na may
.kamalayan at sadyang ginagawa

Maaaring mukhang mahaba ang daan, ngunit ang
paglalakbay na isang libong milya ay nagsisimula sa isang
hakbang lamang. At hangga't nananatiling optimistiko,
walang hadlang ang makakapigil sa pagkamit ng ninanais na
.layunin

Naaalala ko pa rin ang mga nakaraang buhay
Doon kita hinanap
At naaalala ko ang maraming gabi
Pinalamutian ng mga kumikislap na bituin
At mga tanawin ng buwang-liwayway
Ang may maamong kawalang-kasalaran
At ang maayos na mga oras ng takipsilim
Kasabay ng ritmo ng mga kampana ng kawan
At ang maraming taon na may hiyas
Kasama ang mga bulaklak at mga bulaklak ng tagsibol
mga simoy ng hangin sa tag-init
mga transparent na kapote
Mga kumpol ng yelong diyamante
Sa taglamig

Ah, ilang beses ko nang hinintay ang iyong pagdating
May pusong sumasayaw sa tuwa
Halos lumipad ang kaluluwa ko sa pananabik para sa

!iyo

Tuwing gabi, habang tayo'y payapa at mahimbing na
natutulog, ating nalalasap ang kapayapaan at kagalakan
Kapag tayo ay nakatulog nang mahimbing, binibigyan
tayo ng Diyos ng buhay sa isang dakila at tahimik na
kamalayan, kung saan nalilimutan natin ang lahat ng takot
.at alalahanin sa buhay na ito

Sa pagmumuni-muni, mararanasan natin ang
pinagpalang kalagayang sikolohikal kahit na gising tayo, at
.malalasap ang kapayapaan mula sa ibang antas
Kapag bumababa ang banal na kagalakan, ang aking
paghinga ay nagiging kalmado, at ang aking espiritu ay
pumailanlang, nararanasan ang kaligayahan ng isang libong
tulog nang sabay-sabay, ngunit hindi ko nawawala ang aking
mga ordinaryong pandama. Ang kosmikong karanasang ito
ay nakalaan para sa mga taong malalim na sumasaliksik sa
.pagkamit ng pinakamataas na estado ng kamalayan
Kapag ang pagkatao ng isang tao ay napupuno ng labis
na kaligayahan sa Diyos, ang katawan ay nagiging ganap na
tahimik, ang hininga ay humihinto sa pag-agos, ang mga
iniisip ay nagiging kalmado, at unti-unting naglalaho.
Nararamdaman ng nagmumuni-muni ang katotohanan ng
kanyang kaluluwa at ang kanyang pagiging malapit sa
Lumikha, kaya't umiinom siya mula sa banal na kaligayahan
at nalalasap ang kaligayahan ng kagalakan na hindi kayang
.ibigay ng isang libong dosis ng alak
Ang karaniwang tao ay nakakaramdam ng antok sa
hangganang pagitan ng pagiging gising at pagtulog, na
nakakaranas ng panandaliang pakiramdam ng kagalingan,
ngunit ang pakiramdam na ito ay mabilis na nawawala
habang sila ay nahuhulog sa mahimbing na pagtulog. Ang
pagtulog ay hindi isang ganap na pagkawala ng malay dahil,
habang gising, alam mo kung ang iyong pagtulog ay
.mapayapa o hindi
Maraming kalagayan ng pagtulog—may magaan, may
malalim Ngunit ang mga espirituwal na karanasan ng isang

tao kasama ang Diyos sa isang malay na kalagayan ay mas
nakasisilaw at nakagiginhawa kaysa sa pinakamalaking
kaligayahan ng pagtulog o pagkaidlip (ang antok o pagtulog
.na nauuna sa pagtulog)

Kahit na hindi ka kasinghalaga sa akin ng aking)

(pandinig at paningin

Walang nakita ang aking mga mata, at walang narinig

ang aking mga tainga

Sapagkat mas matamis ka sa aking mga talukap-mata

kaysa sa pagtulog

At mas matamis sa aking puso kaysa sa seguridad

Sa kabila ng mga misteryo at hiwaga ng pagtulog ay

naroon ang mga sagradong kagalakang ito

Hindi natin kayang pasayahin ang lahat dahil imposible

iyon. Sinisikap kong huwag masaktan ang sinuman.

.Ginagawa ko ang lahat ng aking makakaya

Iyon lang ang kaya kong gawin

Dapat muna nating hanapin ang kaluguran ng Diyos.

Ang tanging layunin ko ay palugdan ang Diyos. Ginagamit ko

ang aking mga kamay upang manalangin sa Kanya nang

may pagpapakumbaba, ang aking mga paa upang hanapin

Siya sa lahat ng dako, at ang aking isipan upang isipin Siya

.at pagnilayan ang Kanyang mga kababalaghan

Ang Diyos ang dapat manguna sa ating mga puso upang

madama natin Siya bilang kapayapaan, pag-ibig, pag-unawa,

.kabaitan, habag, at karunungan

Ito, at wala nang iba pa, ang aking nasaksihan at napag-

usapan. Bukod sa pagninilay-nilay, dapat ding mapanatili

.ang mabuting samahan

Hindi tayo dapat sumunod sa mga tao, kundi sa Diyos

Kung sa tingin mo ay kapaki-pakinabang ang mga

ideyang ito, ituring mo itong isang biyaya mula sa Diyos,

dahil ang lahat ng papuri ay sa Kanya lamang

Ikwento mo ito sa iba; baka sakaling makita nila rito ang

iyong nahanap. Hindi natin dapat kalimutang tumulong sa

mga nangangailangan araw-araw, sa abot ng ating makakaya. Hangga't may pera ako sa aking bulsa, hindi ako titigil sa pagbibigay, dahil ang aking walang-ubos at walang-
.kupas na pinagmumulan ay ang Diyos

Dapat nating kilalanin ang Diyos tulad ng pagkilala ng mga dakila. Ito ay posible sa pamamagitan ng pagmumuni-
.muni at personal na pagsisikap

Minsan, naglalakad ako sa labas ng ermitanyo, iniisip ang aking dakilang guro, si Sri Yuktiswar, na pumanaw ilang
.taon na ang nakalilipas

Nakaramdam ako ng matinding pananabik para sa kanya at nalungkot ako na wala siya sa tabi ko upang temasahin ang kagandahan at kapaligiran ng ermitanyo, at
:bigla siyang nagpakita sa akin mula sa langit at nagsabi
Sa tingin mo ba ikaw lang ang nasisiyahan sa"

"!magandang lugar na ito? Nag-eenjoy din ako tulad mo Ang naghahanap na nagnanais ng pakikiisa sa Diyos ay
dapat magsikap sa pamamagitan ng pang-araw-araw na pagsasanay ng pagmumuni-muni at pagmamahal sa Kanya
At mahalin ang lahat nang may pagmamahal na iyan

Ito lamang ang paraan upang maiwasan ang mga digmaan. Mahalaga ang espirituwal na kooperasyon, dahil kung walang tunay na espirituwalidad, walang indibidwal o pangkalahatang kaligayahan. Ang sagradong pagkakasundo ang tanging solusyon sa lahat ng pisikal, pinansyal, kasal,
.moral, at espirituwal na problema

Ang kaligayahan ay nagmumula sa pakiramdam na malapit sa Diyos. Ikinulong ng sangkatauhan ang sarili sa likod ng mga rehas ng kamangmangan, at panahon na upang makalaya mula sa nakakahiyang bilangguang ito. Ang isip ay dapat laging nakadirekta sa Diyos, anuman ang mga
.pangyayari

Kung gayon ay makakaramdam ka ng malaking kapayapaan at kagalakan

Ang mga nananabik sa Diyos, iniaalay ang kanilang
pagkatao sa Kanya, naghihikayat at nagbibigay-liwanag sa
isa't isa, at patuloy na nag-aalaala sa Diyos ang siyang
masasaya sa mundong ito at ang mga nagwagi ng
.kaligayahan sa Kabilang Buhay

Ang lahat ng bagay na umiiral ay parang alon na
bibrasyon na pinapatnubayan ng isipan ng Diyos. Ang
matalinong vibrasyon na ito ay ang Banal na Espiritu, o ang
tapat na Espiritu, na maaaring makipag-ugnayan sa
.pamamagitan ng panalangin at meditasyon

Sa katahimikan ng iyong kaluluwa at sa kakahuyan ng
iyong pokus sa pag-iisip, walang katapusan ang kuwento ng
...pag-ibig na may walang hanggang ganap na
Pero mahirap makamit ang Diyos kung pera muna ang
uunahin natin

Dapat nating gawing mahalagang bahagi ng ating
buhay ang Diyos, at sa gayon ay magkakaroon tayo ng lahat
.ng kailangan natin sa buhay na ito

Sinumang maglaan ng permanenteng lugar para sa
Diyos sa kanyang puso, palalaganapin ng Diyos ang kanyang
bahagi ng mabubuting bagay sa lupa at kalangitan, at
bubuksan sa harap niya ang malawak na mga abot-tanaw
kung saan sumisikat ang mga araw ng karunungan, na
nagbibigay-liwanag sa kanyang mga landas at nagtataboy
.ng kadiliman sa paligid niya

Ang Diyos ang walang hanggang mangingibig, at
walang kaligayahan para sa tao maliban kung minamahal
niya ang Diyos tulad ng pagmamahal niya - kahit papaano -
sa kanyang pinakamamahal na bayan, dahil kung wala ang
Diyos ay hindi natin malalaman ang kalikasan ng pag-ibig ni
.malalasap ang lasa nito

Dapat nating matutunang gamitin ang ating kalooban at
ituon ang ating isipan upang hanapin ang Diyos nang buong
puso

Ang mga kilos ng tao ay idinidikta ng mga pagnanasa,
at ang mga gawi na iyon ang laging pumipilit sa kanya na
.gawin ang ayaw niyang gawin

Tunay nga, ang tao ang sarili niyang pinakamatinding
kaaway, bagama't hindi niya ito namamalayan. Hindi niya
alam kung paano umupo nang tahimik o maglaan ng oras sa
Diyos, ngunit inaasahan niyang makakamit ang kaligayahan
at magagarantiyahan ang kanyang agarang pagpasok sa
!Paraiso

Ang banal na karanasan ay hindi makakamit sa
pamamagitan lamang ng pagbabasa ng mga libro o
pakikinig sa mga sermon

O simpleng paggawa ng mabubuting gawa. Walang
duda, nakakatulong ang lahat ng ito, ngunit hindi sapat. Ang
pakikipag-ugnayan sa Diyos ay nangangailangan ng maingat
.na pagtuon at malalim na pagninilay-nilay

Ang buhay ay isang malaking pangarap
Isipin mo! Ilang dekada mula ngayon, ang ating pag-iral
ay magiging isang panaginip lamang, at lahat ng ginagawa
.natin ngayon ay magiging bahagi ng pangarap na iyon
Kahit ang mga pinakadakilang pigura ng sangkatauhan
ay naging mga kathang-isip lamang ng kamalayan ng tao.
Ngunit naabot ng mga dakilang pigurang iyon ang kanilang
sukdulang layunin dahil naabot nila ang pinakamataas na
antas at nanatiling buhay sa espiritu, na may malinaw at
malay na kamalayan sa lahat ng nangyayari, dahil sila ay
.nagkakaisa sa banal na kamalayan

Sinumang sumusubok na umayon sa kanila sa
pamamagitan ng kanilang mga ideya at turo ay tiyak na
madarama ang kanilang presensya, makukuha ang kanilang
mga pagpapala, at malalaman sa kaibuturan na sila ay
.aktwal na nakikipag-ugnayan sa kanila

Ang buhay ay isang dakilang panaginip. Gayunpaman,
kapag tiningnan ng isang tao ang kanilang sariling katawan
at nakitang ito ay puno ng buhay, nagkakaroon sila ng

matibay na paniniwala sa katotohanan ng panaginip na ito.
Naniniwala sila na kailangan nilang makamit ang ganito o
.ang ganoong bagay upang maging masaya
Ngunit gaano man karaming mga hangarin ang kanyang
matupad, hindi niya matatagpuan ang kaligayahan sa
pamamagitan ng mga ito. Habang dumarami ang natatamo,
lalo siyang nagnanais. Ang mga hangarin ay dapat na pino,
at ang buhay ay dapat pasimplehin kung nais ng isang tao
na mamuhay nang may ginhawa, katahimikan, at panloob na
.kasiyahan

Sinasabi ng mga banal na kasulatan na ang taong ang
mga hangarin ay laging dumadaloy papasok (patungo sa
kanilang kaluluwa) ay isang taong may mataas na panloob
na kapayapaan. Dito, sila ay parang dagat, na hindi
nagbabago o nababawasan, ngunit nananatiling puno ng
tubig na walang humpay na dumadaloy dito. Ngunit ang
taong lumilikha ng mga butas ng pagnanasa sa imbakan ng
kanilang kapayapaan at hinahayaang tumagas at masayang
ang mahahalagang tubig ay walang alam tungkol sa
.espirituwal na kapayapaan at panloob na kaligayahan
Kailangan natin ng patnubay mula sa mga nakakakilala
sa Diyos, na may kakayahang makipag-ugnayan sa Kanya at
malay na madama ang Kanyang presensya
Hiniling sa atin ng mga propeta na hanapin ang Diyos
nang may panloob na kapayapaan
Sa pag-iisa ng kaluluwa, kung saan nananahan ang
tapat na espiritu at ang sukdulang espirituwal na kagalakan
Sinusuportahan din ng mga naliwanagan ang mga
ideyang ito
Binibigyang-diin nila ang kahalagahan ng malalim na
pagmumuni-muni
Upang mapagtanto ang mas mataas na sarili sa
kaibuturan ng kaluluwa
Ayokong isipin ng mga tao na makakakuha sila ng
kaalaman sa pamamagitan lamang ng pakikinig sa iba o

pagbabasa ng mga libro. Dapat nilang ilapat ang kanilang
.nababasa at naririnig

Mas mainam ang pagpunta sa mga lugar ng pagsamba
kaysa sa pakikisangkot sa mga walang kabuluhang daldalan

Ngunit kahit sa mga lugar ng pagsamba, dapat
mahawakan at madama ng isang tao ang presensya ng
.Diyos sa kanyang puso

Ang mga pagsabog ng emosyon at makatwirang
pagsusuri ay hindi makapagbibigay sa atin ng banal na
kaalaman na hinahangad ng ating mga kaluluwa na
.makamit

Kapag isinusuko natin ang ating mga sarili sa Diyos at
nagpaalam sa makasariling mga pagnanasa at kapag
natitiyak natin na ang Diyos ay laging kasama natin
Ito ay nananahan sa ating mga kaluluwa at nagbibigay-
inspirasyon sa atin ng mabuti at marangal na mga kaisipan
at damdamin. Magkakaroon tayo ng kaligayahan at
kalayaan, at masasaksihan natin ang pagsikat ng
.karunungan sa abot-tanaw ng kaluluwa

Ang daga na naging tigre

Ayon sa isinalaysay ng pantas na si Paramhansa

Yogananda

Noong unang panahon, sa kaibuturan ng isang
kagubatan, may nakatira sa isang ermitanyo na tinitirhan ng
isang banal na lalaking nakakakilala sa Diyos. Ang
pinagpalang lalaking ito ay nagtataglay ng dakilang
karunungan at mga kapangyarihang supernatural, at walang
sinuman ang nakatira malapit sa kanya maliban sa isang
.maliit at maamong daga

Maraming mga disipulo at iba pa na nagnanais makita
ang santo ang nangahas na bisitahin siya, sa kabila ng
presensya ng mababangis na tigre at iba pang mababangis
na hayop, na naakit ng kanilang pagmamahal sa kanya.
Nagdadala sila ng mga bulaklak at prutas bilang handog.
Lahat ng bumisita sa santo ay namangha sa malapit na

ugnayan sa pagitan niya at ng daga, at naghahagis sila ng
.ilang mumo sa maamong daga ng santo
Isang araw, habang ang isang grupo ng mga disipulo ay
bumibisita sa kanilang guro sa kanyang liblib na tahanan,
isang pusa ang humabol ng isang daga na sumisigaw sa
paanan ng matalinong lalaki, naghahanap ng proteksyon. Sa
sandaling iyon, sa harap ng mga nagtataakang mata ng mga
disipulo, binago ng santo ang takot na daga tungo sa isang
malaki at mabangis na pusa! Sa pamamagitan ng isang
himala, ang daga ay malayang gumala sa mga pusa, nang
hindi nasaktan. Labis siyang natuwa sa pagbabagong ito, at
ang tanging bagay na gumugulo sa kanyang kapayapaan ay
ang bulungan ng mga disipulo, na kumindat at itinuro siya,
.na tinatawag siyang pusang nagmula sa isang daga
Pagkalipas ng ilang panahon, muling binisita ng mga
disipulo ang kanilang guro, at isang grupo ng mga lobo ang
humahabol sa pusang-daga, na malakas na ngumiyaw,
nagmamakaawa para sa proteksyon sa paanan ng santo.
Sinabi sa kanya ng santo, "Maging lobo ka." Agad na nakita
ng mga nagulat na disipulo ang pusang-daga na naging lobo
sa harap mismo ng kanilang mga mata. Namangha rin ang
mga lobo sa agarang pagbabagong ito ng kanilang biktima,
ngunit sila ay nabigo at bumalik na gutom. Sa wakas,
malayang gumala ang lobo-daga kasama ang iba pang mga
lobo, kumakain kasama nila at minamasdan ang maliliit na
.hayop

Sa isa pang pagkakataon, ang mga estudyanteng
nakasaksi sa dalawang nakaraang himala ay nag-aaral
kasama ang kanilang guro. Sa kalagitnaan ng aralin, nagulat
sila nang makita ang isang malaking tigre ng Bengal na
humahabol sa lobo-daga, na, gaya ng dati, ay tumatakbo
nang mabilis patungo sa paanan ng guro upang humingi ng
proteksyon. Ang guro, muli gamit ang kanyang mahimalang
kapangyarihan, ay pinahinto ang tigre at kinausap ang
kanyang maamong lobo, na nagsasabing, "Mahal kong daga,

isang kahangalan ko na patuloy kitang protektahan mula sa
iyong mga kaaway, mula sa sandaling ito, gusto kong
maging tigre ka." Nang kumalma ang mga estudyante,
nagsimula silang magtawanan at magsabi sa isa't isa, "Naku
po! Tingnan ninyo ang mabangis na tigre ng santo! Isa
"!lamang itong daga na binago ng santo at ginawang tigre
Sa paglipas ng panahon, napagtanto ng mga bisita sa
ermitanyo na ang nakakatakot na tigre na nagbabantay sa
lugar ay isa lamang maliit na daga na itinaas ng guro sa
katayuan bilang isang tigre. Titiyakin ng mga matatandang
estudyante ang mga bagong dating sa ermitanyo, na
sinasabi sa kanila: "Huwag kayong matakot sa tigre, hindi
talaga ito tigre, kundi isang daga na binigyan ng guro ng
".larawan ng isang tigre

Sa wakas ay nagsawa na ang mapang-aping daga na ito
sa pampublikong kahihiyan at naisip niya sa sarili: "Ah, kung
mapapatay ko lang mismo ang santo, mawawala na sana sa
"akin ang sanhi ng aking paghihirap

Sa sandaling sumagi sa isip niya ang ideyang iyon,
sinunggaban niya ang matalinong lalaki, balak itong patayin.

Ngunit inaabangan siya ng matalinong lalaki, dahil
sinusundan niya ang proseso ng pag-iisip nito at alam ang
mga intensyon nito, kaya agad niyang nalaman ang
tumatakbo sa isip ng kanyang suwail na tigre, at sinigawan
".niya ito, na sinasabing: "Bumalik ka sa dati mong anyo

At iyon nga ang nangyari, sa isang kisapmata, ang
mayabang na tigre ay muling nagpalit ng anyo at naging
!isang takot na takot na daga

Mas gusto ng lahat ang pera kaysa sa ibang tao. At
kapag nakuha na nila ito, nananatili silang hindi nasisiyahan
dahil natutuklasan nilang may ibang mas mayaman kaysa sa
.kanila

Ang mga tao ay nabubuhay sa isang paikut-ikot ng
paghihirap na sarili nilang ginawa at paglikha ng sarili nilang
mga pagnanasa

Dapat tayong makuntento sa kung anong mayroon tayo
dahil ang mga materyal na bagay ay hindi nagdudulot ng
kaligayahan, bagkus ay kadalasang nagpaparami ng mga
alalahanin ng isang tao at nagpapataas ng kanyang
.pagkabalisa at pangamba

Ang landas patungo sa Diyos ang pinakasimple at
pinakamadaling landas, ngunit kakaunti ang lumalakad dito
.sa kabila ng maraming ritwal at pormalidad ng relihiyon

Mas makabubuting ibaling natin ang ating mga puso sa
Diyos at hingin sa Kanya ang pinakamabuti at
.pinakamatagal para sa atin

Sa katotohanan, hinihintay tayo ng Diyos dahil nais Niya
tayong ilayo sa kasamaan at panganib. Nais Niya tayong
makasama Siya sa ating mga puso at isipan dahil ang mga
murang bagay ng mundong ito ay hindi kayang masiyahan
.ang pananabik ng tao o punan ang espirituwal na kawalan
Ang nararamdaman niya sa kaibuturan ng kanyang puso

Ang Diyos ay palaging nagsasalita sa atin, ngunit
kakaunti ang nakakarinig ng Kanyang tinig

Ang mahinang boses na iyon ay kadalasang
natatabunan ng ingay ng maingay na mga kaisipan at
lantaran na mga pagnanasa

Ngunit kapag humupa ang mga iniisip at humupa ang
mga pagnanasa, maririnig natin nang malinaw ang tinig ng
.Diyos, kahit na ito ay tahimik at mahina

Tunay ngang ginagawa ng Diyos ang lahat upang
tulungan ang sangkatauhan; binubuksan Niya ang mga pinto
.para sa kanila at tinatanglawan ang kanilang mga landas
Upang makita niya ang kaniyang mga hakbang, upang
hindi siya matisod o madulas man ang kaniyang paa: nguni't
karamihan sa mga tao ay hindi natatanto ang katotohanang
ito

Ang mundo sa kabuuan ay nababalot ng kalituhan at
kaguluhan dahil sa makasarili at sakim na mga pagnanasa

na lumilikha ng mga digmaan. Wala nang iba pang lumilikha
.ng mga digmaan

Ang pinakadakilang bayani sa laban ng buhay ay ang
taong sumasakop sa kanyang sarili at nagtagumpay sa
kanyang mga pagnanasa

Ang pera, katanyagan, mga pagnanasa, at lahat ng
bagay na sumasalungat sa prinsipyong ito ay nakakapinsala
.sa ating kapayapaan at kaligayahan

Kung matututo ang mga tao na laging isipin ang mga
tunay na halaga ng buhay, matatagpuan nila ang
kaligayahang hinahanap nila

Ngunit lumihis sila sa kanilang layunin at tinangay ng
agos ng mga makamundong pagnanasa

Natuklasan ko na walang tukso ang makapaglalayo sa
akin palayo sa landas na aking pinili at sa paraang aking
.tinahak para sa aking sarili

Kaya kong maakit ang libu-libo gamit ang
kapangyarihang ibinigay sa akin ng Diyos, ngunit ang
.hakbang na iyon ay makakasama sa akin

Sa anumang kaso, ayaw kong maakit ang libu-libo at
mabihag ang kanilang mga isipan

Gusto ko lang makakita ng mga tapat na alagad na
matibay na nakaugat sa Diyos

Ang mga nagmamahal sa Diyos ay masisiyahan sa mga
kaisipang ito, at ang mga taong nananatili ang sigasig ay
.makakaramdam ng mga pagpapala ng Diyos

Ang Kanyang presensya ay kitang-kita sa pamamagitan
ng mga turong ito

Imposibleng malinlang ng isang tao ang Diyos dahil Siya
ang direktang nasa likod ng kanyang mga iniisip at alam
Niya ang nangyayari sa kanyang isipan at kung ano ang
.kanyang mga ninanais

Kapag tinalikuran niya ang mundo at hinangad ang
espirituwal na pagkakasundo, ang Diyos ay lalapit sa kanya

Kapag ang pagnanasang iyon ay nag-ugat sa puso ng
taong nagnanais, ang Diyos ay pumupunta sa pusong iyon at
.pinupuno ito ng kabutihan at mga pagpapala

Ang mga materyal na bagay ay nag-aalok lamang ng
maling pakiramdam ng kapayapaan at panandaliang
kasiyahan. Ang tanging tunay na layunin ng isang tao upang
mabuhay ay ang makasama ang kanilang Lumikha at
.makamit ang Kanyang pagsang-ayon

Ang kasunduang iyan ay dapat maging isang walang
hanggang tipan at isang di-masisirang kasunduan
O Panginoon, gawin Mo akong malinaw at kadalisayan
upang maipakita ko sa akin ang Iyong nakapagpapagaling
na liwanag

Patahimikin mo ang salamin ng aking isipan, na
nanginginig sa pagkabalisa, upang maipakita nito ang iyong
.walang hanggang mukha

Buksan mo ang mga bintana ng pananampalataya sa
aking kaluluwa upang aking malanghap ang halimuyak ng
iyong kapayapaan

Napagtanto ko na ang tanging layunin ng buhay ay ang
makilala ang Diyos

May mga taong maaaring hindi kumbinsido na ang
pagkilala sa Diyos ang sukdulang layunin ng buhay. Ngunit
walang sinuman ang makakatangi na ang layunin ng buhay
ay ang makahanap ng kaligayahan. At sinasabi ko nang may
lubos na kumpiyansa at katiyakan na ang Diyos ang
.sukdulang kaligayahan

Ito ang pinakamalaking kaligayahan

Ito ay ganap na pangkalahatang pag-ibig. Ito ang
walang hanggang kagalakan na hindi umaalis sa mga
kaluluwa ng mga taong nakikiisa rito. Kaya bakit hindi natin
?subukang makamit ang sukdulang kaligayahang iyon
Walang ibang makapagbibigay nito sa atin. Dapat natin
itong patuloy na pagyamanin at pagyamanin sa ating mga
.sarili

Patuloy na nagsusumikap ang mundo na mag-alok sa
mga tao ng mga kasiyahan nito, ngunit ang mga
panandaliang kasiyahang ito ay humahantong sa
panghihinayang, kapaitan, at pagsisisi. Kahit ang
pinakamapalad, yaong mga tila nagtataglay ng lahat, ay
maaaring hindi pa rin tunay na masaya at hindi masisiyahan
sa mga bagay sa lupa nang matagal, dahil hindi nito
napapawi ang kanilang tunay na uhaw ni natutugunan ang
.kanilang espirituwal na pagkagutom

Habang mas nakatuon tayo sa mga panlabas na bagay,
mas kaunti ang ating nararamdamang panloob na
kaluwalhatian

Na ating mararanasan sa pamamagitan ng pagtikim ng
walang hanggang kaligayahan ng banal na espiritu
Habang mas bumabaling tayo sa ating sarili, mas
kakaunti ang mga panlabas na paghihirap na ating
kinakaharap. Ito ay isang palaging sitwasyon, ngunit
karamihan sa mga tao ay hindi natatanto ang katotohanang
ito dahil sa impluwensya ng makamundong pakikisama, ang
lipunang kanilang ginagalawan, at mga hindi malusog na
.gawi

Pinapanatili ng lipunan ang isang tao na nakalubog at
abala sa mga mababaw na bagay nang hindi pinapayagan
silang mag-isip tungkol sa mas malalalim na katotohanan
Maging ang mga espirituwal na lugar ay binibisita ng
ilan nang walang tunay na pagnanais na makinabang mula
.sa kanilang pinagpalang kapaligiran

Halos wala silang mapapala sa mga pagbisitang iyon
Ang mga nagnanais na makita ang Diyos ay
matatagpuan Siya saanman. Ang mga gawi ng tao ay
.mapanira at nakakapinsala

Isang mabangis na mandaragit na sumisira, sumisira,
nagpapawalang-bisa, at lumilipol
Panahon na para matuto ang mga tao kung paano
maging masaya at makuntento sa kung anong meron sila

Hindi tayo dapat maghangad ng higit pa sa dumarating
sa atin. Ang Diyos ay bukas-palad; Alam Niya ang ating mga
kailangan at ibinibigay Niya ito sa takdang panahon. Hindi
ito nangangahulugan na dapat tayong umasa sa Diyos nang
walang pagsisikap—hindi talaga. Nangangahulugan ito na
dapat nating gawin ang ating bahagi sa abot ng ating
makakaya at iwanan ang iba sa Diyos, na hindi kailanman
.mag-aalis sa atin ng ating mga kailangan at nararapat
Ang pinakamahusay na paraan upang maging maligaya
magpakailanman ay ang madama ang presensya ng Diyos.
Ang ating pinakamataas na hangarin ay ang makilala ang
.Diyos at magpasiyang makasama Siya
Ang Diyos ang dapat magkaroon ng una at
pinakamataas na lugar sa ating mga iniisip at
nararamdaman, at dapat natin Siyang ituring na
.pinakamalakas at pinakamatatag na haligi sa ating buhay
Diyos, sa Kanyang lubos na awa
Siya ang nagbibigay sa atin ng saya at inspirasyon
At nagbibigay ito sa atin ng totoong buhay
Tunay na karunungan
At tunay na kaligayahan
Tunay na pag-unawa sa pamamagitan ng
Lahat ng iba't ibang karanasan sa ating buhay
Ngunit ang kaluwalhatian ng Diyos ay hindi nahahayag
Maliban sa espirituwal na katahimikan na
nararamdaman ng kaluluwa
At sa isang seryosong pagtatangka na makiisa rito
Doon tayo humaharap sa katotohanan
Sa ibang bansa, napakalakas ng mga ilusyon
Kaunti lang ang kayang makawala
Ang impluwensya ng panlabas na kapaligiran
Ang mundo ay nagpapatuloy sa walang katapusang mga
komplikasyon nito
At ang kaniyang hindi mabilang na karanasan
Ang tinig ng Diyos ay nasa likod ng mga anyo ng buhay

Palagi niya tayong tinatawagan at kinakausap
Sa pamamagitan ng mga bulaklak at mga banal na aklat
Mula sa ating mga konsensya
At sa lahat ng magagandang bagay
Na siyang nagbibigay-halaga sa buhay
Nightingale ng Langit

Ako ang iyong ruwisenyor, umaakyat sa kalangitan ng
iyong kosmikong presensya, patuloy na naghahanap ng mga
patak ng ulan ng iyong katotohanan
Nanalangin ako sa iyo nang may lubos na pagtitiwala na
magpadala ng mga ulan ng iyong awa mula sa malupit na
ulap ng katahimikan

At dahil sa labis na pagkauhaw, sabik kong tinanggap
ang bawat sagradong punto ng aking pagkakilala sa iyo
Oh, kay sabik kong madama ang iyong presensya sa
!loob at paligid ko

Ang aking matagal na pagkauhaw ay napawi lamang
nang ang iyong haplos ay nagpalamig sa aking nag-aalab na
kaluluwa at ang aking pagiging nag-aalab sa pananabik at
pananabik. Lumipas na ang panahon ng kawalan ng pag-asa,
at ang pagkatuyo ng aking mga problema ay naglaho
.kasabay ng buhos ng iyong kapayapaan

At ngayon ay tahimik akong lumilipad at pumailanlang,
umaawit ng mga awit ng kasiyahan at kasiyahan
Ako ang iyong ruwisenyor na umiinom lamang ng tubig
ng iyong kapanatagan na walang humpay na dumadaloy
.mula sa mga tuktok ng iyong pag-iral

Ang indibidwal, industriyal, at politikal na
pagkamakasarili, ang nag-aalab na damdaming pinapagana
ng mga ilusyon ng kahigitan ng isang lahi kaysa sa iba, at
ang pagpapalitan ng mga paniniwala at doktrina ay pawang
lumikha ng pagkakawatak-watak at pagkakahiwalay sa
pagitan ng mga tao at lahi, at winasak ang mundo sa
pamamagitan ng mga digmaan. Bilang resulta, nagaganap

ang pagkasira ng ekonomiya, espirituwal na
.kamangmangan, at kolektibong paghihirap
Ang pagpapaunlad ng kombinasyon ng mga espirituwal
na katangian, materyal na kahusayan, at marangal na
katangian ng tao—ang uri na nakikita nating naipapakita sa
buhay ng mga matagumpay na tao—ang siyang esensya ng
isang masayang buhay at magbubunga ng pinakamahusay
.na mga tao

Kahit kailan, kahit saan
Dapat nating taglayin ang mga mithiin ng matinong
pag-iisip, mabuting pag-uugali, at tunay na emosyonal na
empatiya para sa iba

Tunay ngang ang sangkatauhan ay naitataas sa
pamamagitan ng pagiging patas, pakikiramay, at pantay at
.balanseng pag-unlad ng mga materyal na aspeto

Ang intelektwal, espirituwal, at moral na aspeto ng
kanyang pagkatao

Ang pangunahing layunin ng sangkatauhan ay makamit
ang kapayapaan, kasiyahan, seguridad, kaalaman, at
imortalidad

At sa paghahangad na ito para sa kasakdalan na
nakatago sa loob natin ay nakasalalay ang wangis ng Diyos
Sinusubukan ng pinagpalang imaheng ito na ipakita ang
sarili sa pamamagitan ng mga taong naaayon sa kanilang
.mas mataas na kalikasan

Ang pluralismo ay batas ng kalikasan, at ang pagkakaisa
ay humahantong sa ganap na

Dahil sa paghihiwalay at pagkakawatak-watak, ang
mundo ay nagiging isang kawaling kumukulo at bumubulwak
sa sakit at pagdurusa dahil sa apoy ng mga digmaan at
.kamatayan

Ang huwarang buhay na nagbubuklod sa mga puso,
naglalapit sa mga kaluluwa, at nag-uugnay sa kanila sa
katotohanan

Ito ang landas tungo sa kaligayahan, kapayapaan, at
kawalang-hanggan

Walang makapagbibigay sa atin ng kasiyahan at
makapagpapahid ng mga luha ng paghihirap sa ating mga
mata kundi ang Diyos lamang

Ang kaluluwa ng tao ay isang hiwalay na bahagi mula sa
kabuuan at dapat bumalik sa kabuuan upang maging buo.
Ang ating paghahanap ng kaligayahan ay dapat na maghatid
.sa atin sa Diyos, ang pinagmumulan ng lahat ng kagalakan
Ang ating uhaw sa kaalaman ay dapat mapawi mula sa
mga bukal ng banal na karunungan. Ang ating kapayapaan
ay magiging ganap lamang kapag ito ay pinagsama sa hindi
.mailalarawang kapayapaan ng Diyos

Ang ating pag-iral ay nangangailangan ng pag-iral ng
Diyos upang maging walang hanggan, at ang ating
kamalayan ay patuloy na lalawak at lalawak kapag ito ay
dumampi at sumasama sa kosmikong kamalayan. Ang ating
kagalakan ay magiging walang hanggan at tataas nang
milyun-milyong beses kapag ito ay sinamahan ng banal na
.kagalakan

Ang sikmura na pinatay ng kasakiman
Minsan, isang matalinong lalaki ang kumain kasama ang
isang taong matakaw, at sinabi ng matalinong lalaki:
""Gustung-gusto ko ang masarap na pagkaing ito
Pero hindi siya masyadong kumain. Para naman sa
matakaw na lalaki, ngayon lang siya nakatikim ng ganito
.kasarap na pagkain sa buong buhay niya
Patuloy siyang kumain hanggang sa siya ay mabusog at
namatay sa labis na pagkain. Sana ay humaba pa ang iyong
.buhay

Ang matalino at mapilit na tao ay nasisiyahan sa
pagkain, ngunit wala ang mala-sensual na pagkakabit na
sumira sa matakaw. Ang matalinong tao ay naaayon sa mga
malinaw na espirituwal na enerhiya na nagpapalusog sa
kanyang kaluluwa at nagpapasigla sa mga selula ng

kanyang katawan, at kapag siya ay kumakain, ginagawa
niya ito nang katamtaman upang hindi makahadlang o
makasagabal sa daloy ng kosmikong enerhiya na alam
.niyang umaabot sa kanya

Hindi kinakailangang isuko ang lahat at mamuhay nang
simple upang mabuhay nang espirituwal, ngunit mahalagang
.tandaan na ang tao ay hindi lamang nabubuhay sa tinapay

Paraiso ng pag-ibig at langit ng kaligayahan
Sa liwanag ng iyong pinagpalang liwanag, iniaalay ko
ang mga panalangin ng aking kaluluwa
At hinihiling ko sa iyo na tanggapin ang
mapagpakumbabang handog ng aking puso
Ilayo mo sa akin ang mga multo ng kadiliman
Tingnan mo ako mula sa mata ng langit
Mula sa mga lalim ng aking puso at damdamin
Ipakita mo sa akin sa templo ang aking pagmamahal
para sa iyo

Pagpalain mo ako upang makakita ako ng kabutihan
Nag-iisip ako ng mga magagandang bagay
At makipagkaibigan sa mabubuti at mabuting tao
At upang ako'y makapagmuni-muni sa iyo
O Ikaw na siyang pinagmumulan ng lahat ng kabutihan
at katuwiran

Sa iyong biyaya, ako'y itatapon palabas ng santuwaryo
ng aking kaluluwa
Lahat ng mga ideyang magkasalungat
At aking nararamdaman ang iyong pinagpalang
presensya sa loob ko

Nawa'y mabuhay ako sa isang paraiso ng kaligayahan
Dumarating sa akin ang marangal at kahanga-hangang
mga kaisipan

Budburan mo ako ng halimuyak ng iyong kaligayahan
Nawa'y laging yakapin ako ng iyong banal na pag-ibig
Pagpalain mo ako upang ako'y manirahan sa paraiso ng
pag-ibig

Tinatamasa ang iyong banal na presensya
At ang iyong makalangit na kapayapaan
At upang mapagtanto ko na ako ay isang imortal na
kaluluwa

At nabubuhay ako sa iyong liwanag
At nabubuhay ako ayon sa iyong biyaya
Mahal kong Diyos
Mula sa Hardin ng Bukang-liwayway
Pipitasin ko ang mga bulaklak ng liwanag para sa iyo
Upang ialay ito bilang isang mapagpakumbabang
handog

Nakatayo
Hayaan mong maging matalas na bituin ng aking pag-
ibig para sa iyo

Sumusulong ito nang may lalong paglakas
Sa pamamagitan ng isang kapaligiran ng pagkamangha
At ang aking pagkalimot sa iyo
At pinapawi nito ang kadiliman nito
Huwag mo akong kalimutan
Kahit na kalimutan kita
Tandaan mo ako
Kahit hindi kita banggitin
Ang Diyos ang pinakamahalagang bagay sa buhay ko
Siya ang nangingibabaw sa aking konsensya
At ang mga salita ng karunungan ay nagbibigay
inspirasyon sa akin

Siya ang gumagabay sa akin sa tamang landas
Na dapat kong tanggapin
Isang balanseng buhay
Na isinasaalang-alang ang lahat ng banal at natural na
batas

Pinagsasama nito ang aktibidad at katahimikan
Nagdudulot ito ng kaligayahan at tinutupad ang
kapalaran ng tao

Ang isang bahay na puno ng mga hiyas ay hindi
makikita sa dilim

Kaya, hindi mararamdaman ang banal na presensya
Hangga't patuloy na nananaig ang gabi ng
kamangmangan

Kung ang ating pagkaunawa sa Diyos ay hindi tunay
Para hindi natin magawa ang ating pang-araw-araw na
gawain kung wala ito

Maliwanag, wala kaming naramdamang koneksyon sa
pagitan ng Diyos at ng buhay
Kapag mayroon tayong ambisyon at kinoronahan ito ng
ideya ng paglilingkod sa iba

Tinutulungan natin ang ating sarili sa pamamagitan ng
pagtulong sa iba
O, Panginoon

Sa paglaganap ng mahalagang sikat ng araw
Magkakalat ako ng mga sinag ng pag-asa sa mga puso
ng mga mahihirap at mga nawalan ng tahanan
Sindiha ang mga ilaw ng determinasyon at tiwala sa
sarili

Sa puso ng mga taong nag-iisip na sila ay mga kabiguan
Kapag napagtanto natin na ang buhay ay isang paaralan
para sa pag-aaral at pagtupad sa mga tungkulin
Kasabay nito, ito ay isang panandaliang pangarap
Kung gayon ay malalaman natin na ang Diyos ay
kasama natin

Ang buhay ay dapat nakabatay sa paglilingkod
Kung wala ang marangal na layuning iyon
Ang isip na ibinigay ng Diyos sa tao ay hindi makakamit
Ang layunin kung bakit ito nilikha
Ang pagpapasakop sa Diyos ay nagbibigay-daan sa
isang tao na maisakatuparan ang lahat ng kanilang mga
gawain

Nang may damdamin ng kagalakan at pasasalamat sa
Diyos

Sa pamamagitan lamang ng pagsuko natin
matatagpuan ang kapayapaan
Susunugin ko ang lahat ng kahinaan sa intelektwal at
moralidad

Sa apoy ng disenyo
Dahil maliban kung maalis ko ang mga kahinaang iyon
Hindi ko makikita ang banal na apoy
O, Panginoon
Ngayon ay magiging determinado akong makamit ang
mga partikular na bagay
Pagkatapos ay gagawin ko ang aking plano
Sisiguraduhin ko muna kung tama ang intensyon ko
At saka ko mararamdaman ang iyong lakas
At sa tulong at pagpapala mo, maisasagawa ko ang
aking balak gawin

Mga Bulong at Simoy ng Hangin

Guro Paramhansa Yogananda

Pagsasalin: Mahmoud Abbas Masoud

**Ang maliit na ego ay maaaring magyabang, na
nagsasabing may pagmamalaki at kayabangan: Ako
ay ikaw!**

**Ngunit hahanapin kong makilala ang aking
tunay na sarili, na mabango sa lahat ng uri ng
bulaklak ng kabaitan at pagpapakumbaba.**

**O Diyos, ihayag mo sa akin ang aking tunay na
pagkatao, at hayaan mong marinig ko ang bulong
Mo sa aking kaibuturan, na nagsasabing: Ako ang
iyong halimbawa at ikaw ang aking larawan!**

Sa hardin ng mga pangarap sa gabi

**Sa hardin ng aking mga panaginip tuwing
gabi, maraming bulaklak ang namumukadkad: ang
mga bihirang bulaklak ng aking imahinasyon.**

**Doon, kung saan sumisikat ang mainit na
planetaryong liwanag, ang mga usbong ng mga
pag-asa sa lupa ay namumukadkad, nagkakalat ng**

matingkad na mga talulot ng katuparan at kasiyahan.

Sa liwanag ng mga panaginip na iyon, nasulyapan ko ang mga multo ng mga nakalimutang minamahal na mukha, at mga nimpa ng mga itinatanging emosyon na matagal nang nakabaon sa lupa ng walang malay—lahat ay bumabangon sa kumikinang na damit. At bilang tugon sa tawag ng mga anghel ng mga panaginip, nasasaksihan ko ang muling pagkabuhay ng lahat ng mga nakaraang pagsubok.

Panginoon, binigyan mo kami ng kalayaan upang malimutan ang aming pang-araw-araw na mga problema sa pamamagitan ng pagbisita gabigabi sa lupain ng mga pangarap. Tulungan mo kaming magising sa iyo at makatakas magpakailanman mula sa mga kalungkutan ng tao.

Hinihintay mo ang aking pagbabalik

O Banal na Kanlungan! Ako'y nakalutang sa dagat ng buhay, hinahampas ng magulong bagyo ng kahirapan. Lumulutang man sa mga alon ng kasiyahan o paminsan-minsang lumulubog sa kaibuturan ng kalungkutan, hinahangad kong makatakas sa dualidad na ito sa pamamagitan ng pag-abot sa iyong transendensiyal at mala-langit na mga dalampasigan. Sa bawat buntong-hininga ng aking pagsusumamo, ako'y lalong lumalapit sa iyo, ang aking tanging kanlungan.

Hindi ako titigil sa pagsisikap dahil alam kong sabik na sabik kayo sa aking pagdating at sabik na sabik din sa aking pagbabalik!

ibon ng paraiso

Ako'y isang ibon ng paraiso: isang ibon ng langit na nilikha ng iyong mga pinagpalang kamay

**Pinalamutian niya ako ng biyaya at
magagandang kulay: ng lambing at ginintuang
balahibo ng espirituwal na pamumulaklak**

**Lumipad ako nang mataas sa madilim at
nakasimangot na kapaligiran ng buhay,
naghahanap ng paraiso ng kaligayahan, at ang
aking matingkad na mga balahibo ay nabahiran ng
madilim na batik ng kawalan ng pag-asa.**

**Halika, Diyos ko, at hugasan ang ibon ng iyong
paraiso ng mga sinag ng karunungan at dalisay at
matamis na tubig ng kapayapaan.**

Banal na Eskultor

**Hayaang ang bawat pintig ng aking puso ay
maging isang bagong salita sa tula ng aking walang
hanggang pag-ibig para sa iyo**

**Nawa'y ang bawat tunog na binibigkas ng aking
mga labi ay maghatid ng mga pinagpalang
bibrasyon mula sa iyong banal na tinig**

**Nawa'y mapuno ng kagalakan ng iyong
presensya ang bawat pag-iisip ko**

**Nawa'y ang aking kalooban ay mapuno ng iyong
banal na sigla**

**Palamutihan Mo ang lahat ng aking mga iniisip,
ekspresyon, at mithiin ng Iyong biyaya**

**O kabanal-banalang banal na iskultor, hubugin
mo ang aking buhay ayon sa iyong nakikitang
nararapat, ayon sa iyong natatanging disenyo.**

Ikaw ang aking tagapagtanggol

**Panginoon, tulungan mo akong huwag gisingin
ang mga halimaw ng galit at pagnanasa sa mga
kaluluwang hindi pino. Ngunit kung ako'y kanilang
aatakihin, ako'y magsisilong sa mabatong kuweba
ng iyong proteksyon sa loob ng aking kaluluwa.**

**O Banal na Tagapagtanggol! Kung wala Ka,
wala akong matatagpuang kaligtasan o seguridad,**

kahit sa pinakamatibay na kuta ng tao. Maging pananggalang at matatag na kalasag mo ako laban sa mga sumasabog na balahibo ng kahirapan. At pagpalain mo ako, upang aking mapagaling—sa pamamagitan ng banal na operasyon—ang lahat ng mga dumaranas ng mga sugat at pira-piraso ng buhay.

sagradong kaligayahan

Kapag ang iyong mga tagasunod ay nananalangin, tinitipon ko ang mga sinag ng banal na kaligayahan mula sa kanilang mga mata at hinahalo ang mga ito sa aking espirituwal na alab upang ialay ang mga ito bilang isang nakakapreskong inumin sa aking uhaw na mga isipan; upang uminom sila hanggang sa sila ay maubos, at ang kanilang mga sakit at takot ay mawala.

At sa mga naghahanap ng kapanatagan at ginhawa, iniaalok ko ang mahiwagang inuming ito sa mga malinaw na tasa ng taos-pusong katapatan at mabubuting intensyon.

Nawa'y ang lahat ng uminom ng pinagpalang elixir na ito ay makaranas ng walang hanggang kaligayahan, makalimutan ang kanilang mga problema at maglaho ang kanilang mga sakit!

Linisin mo ako sa hurno ng mga kalamidad

Ang hilaw na metal ng aking buhay ay natutunaw sa hurno ng mga kalamidad at pagsubok, at lahat ng kasinungalingan ay pino sa apoy ng mga sagradong karanasan at ambisyon.

Banal na Lumikha, iligtas mo ako mula sa kahinaan ng tao at pagkalooban mo ako ng kaloobang kasingtatag ng bakal at espirituwal na paninindigan na kasingtigas ng bakal, Tulungan mo akong hubugin muli ang aking pinong kakanyahan

upang maging mabisang instrumento ng disiplina sa sarili at tunay na determinasyon.

At gamit ang espada ng balanseng pangkaisipan, wawasakin ko ang aking mga panloob na kaaway - ang aking mababangis na gawi - na nag-aabang sa akin at sinusubukang pigilan ako na patuloy na isipin ka nang mag-isa.

Maging araw at buwan ko

O Panginoon, ipadala mo ang mga sinag ng iyong karunungan upang gabayan ako sa aking masasayang araw ng tagumpay, at ang liwanag ng iyong maawaing buwan upang tanglawan ang aking mga landas sa aking madilim na gabi ng kalungkutan.

Halika sa akin

Magbubukang-liwayway ba ang araw na iyon, kapag ang pagbigkas ng iyong banal na pangalan ay magbubunga ng baha ng mga luha na mag-aapaw sa mga pampang ng aking kamangmangan at babasagin ang aking puso?

Pagkatapos, sa lawa ng aking mga luhang natipon, ang mga liryo ng banal na karunungan ay sisibol, at ang kanilang liwanag ay magpapalayas sa aking kadiliman magpakailanman.

O Inang pandaigdig na sumasaklaw sa lahat ng nilalang, lumapit ka sa akin, sapagkat walang makakapagpawi ng aking kalungkutan at makakapagpaalis ng aking kalungkutan maliban sa mukha ng Iyong sumasaklaw sa lahat ng awa at Iyong walang hanggang habag.

Mga hindi masisirang ugnayan

Turuan mo ako, Panginoon, na mahanap ang aking pakikipag-isa sa Iyo sa panloob na kapayapaan at sa ingay ng mundo. Hindi mahalaga kung ako'y napapaligiran ng katahimikan o ingay,

basta't madama ko ang iyong sumasaklaw na presensya sa lahat ng dako at sa lahat ng oras.

Kaya hayaan mong gawin ko ang aking trabaho nang may kagalakan

Walang pagod kang nagtatrabaho at nagdadala ng ngiti sa milyun-milyong masayang puso.

Pagpalain mo ako upang magkaroon ako - tulad mo - ng isang walang kupas na ngiti habang nagtatrabaho ako sa pabrika ng buhay.

Nawa'y ang mga alon ng iyong lakas ay laging sumayaw sa ilog ng aking pang-araw-araw na gawain

Banal na Ina, tulad ng iyong pagkahilig sa pagdidisenyo ng mga atomo, bulaklak, at mga sansinukob, turuan mo ako ng sikreto ng paggawa at paglikha nang may balanseng isip at kuntentong kaluluwa.

Paggaling sa isip, sikolohikal, at pisikal na aspeto

Tulungan mo kami, O kosmikong espiritu, na pagalingin ang katawan sa pamamagitan ng pag-charge nito ng iyong kosmikong enerhiya, pagalingin ang isip nang may saya at pokus, at pagalingin ang kaluluwa mula sa ugat ng lahat ng sanhi - ang kamangmangan - sa pamamagitan ng paggamit ng pinakamabisang gamot: ang banal na pagmumuni-muni sa Diyos araw-araw.

Pagpapatibay ng paggaling

O Banal na Espiritu, Ikaw ang lumikha sa aking katawan, at samakatuwid ito ay malusog at matibay dahil Ikaw ay naroroon sa loob nito. Ikaw mismo ang kasakdalan, at ako ay nilikha ayon sa Iyong wangis; samakatuwid, ako ay malusog at nasa pinakamahusay na mga kondisyon!

Pagpapatibay para sa paggaling ng iba

Ikaw ang larawan ng Diyos, at ang Kanyang walang hanggang sigla ay tumatagos sa bawat selula at himaymay ng iyong katawan. Ang iyong buong pagkatao ay pumipintig sa Kanyang banal na presensya; ikaw ay malusog sa pamamagitan ng Kanyang biyaya.

Maging kapitan ng aking barko

O Panginoon, maging kapitan ka ng barko ng aking pang-araw-araw na gawain, at gabayan mo ito patungo sa Iyong banal na baybayin, na siyang ligtas na kanlungan at pahingahan para sa mga pagod.

Ang apoy ng maling akala

Sa gabi ng mga pagkakamali, hinabol natin ang malikmata ng nakaliligaw na kaligayahang pandama; at habang tayo ay naliligaw sa landas ng espirituwal na pag-unlad, tayo ay natisod sa mga latian ng pagkabigo at pagkawala.

O Panginoon, Ikaw na laging mapagbantay at mapagmasid, huwag Mong hayaang ang apoy ng kahangalan na nakaamba sa ibabaw ng mababaw na tubig ng mga pagnanasa at ilusyon ay akitin kami sa putikan at mga patibong ng mga hamak na kalayawan.

Kami'y iyong mga anak, na nananabik na makarating sa aming makalangit na tahanan. Pagpalain mo kami upang makamit namin ang aming layunin sa pamamagitan ng pagsunod sa panloob na liwanag ng kaalaman ng Espiritu, na siyang iyong banal na tanglaw, na gumagabay at tumatawag sa amin upang maglayag patungo sa iyong pinagpalang baybayin!

Narinig ko ang boses mo

Sa maraming buhay ay narinig ko na ang iyong mahinahong bulong na nagsasabing: Umuwi ka!

**Ngunit ito'y naglaho at naglaho sa gitna ng
ingay ng mga di-napalad na pagnanasa**

**Tinalikuran ko na ang siksikang pila ng mga
pagnanasa at aanyayahan kita sa mga birheng
kanlungan ng aking puso**

**Kapag ako'y umupo upang magnilay-nilay sa
iyo, itatakwil mo ba ang mga tukso sa lupa na
nagkukubli pa rin sa mga sulok ng aking alaala?**

**Sa katahimikan ng aking kaluluwa, buong puso
kong hinahangad na marinig ang iyong pinagpalang
tinig**

Kandila pang-alaala

**Maaaring maligaw ako at gumala sa madilim na
landas at madilim na labirinto, ngunit O kosmikong
ina, bantayan mo ang manipis na kandila ng alaala
upang hindi ito mapatay ng hangin ng pagdududa
at kawalan ng katiyakan.**

**Hiniling ko ang lahat ng bagay sa lupa, ngunit
sa wakas ay natuklasan ko na ikaw lang ang
hinahanap ko, Ina! Halika't huwag mo akong iwan!**

**Ang dilim ay naglalaho bago ang iyong liwanag
O Banal na Guro, ipaunawa mo sa akin na kahit
ang kadiliman ng aking kamangmangan ay
kasingtanda na ng panahon, sa pagsikat ng Iyong
liwanag ay maglalaho ang kadiliman na parang
hindi ito kailanman umiral!**

Tugtugin ang plawta ng aking buhay

**O mapagmahal na Panginoon, gamit ang aking
mga bisig, tulungan mo ang iyong mga anak**

**Magsalita gamit ang aking boses, at gamitin
ang aking isip upang magbigay-inspirasyon sa iba**

**Huminga ka kasama ng aking hininga, sapagkat
ikaw lamang ang may kakayahang tumugtog ng
iyong walang hanggang himig sa plawta ng aking
buhay.**

Ako'y isang kislap mula sa iyong kosmikong apoy

Sa simula ng paglikha, nang ang mga kislap ng paglikha ay lumipad mula sa iyong nag-aalab na dibdib, umawit ako kasama ang koro ng mga planetaryong liwanag na nagpahayag ng mabuting balita ng paglitaw ng iyong mga mundo.

Ako ay isang walang hanggang kislap mula sa iyong planetaryong apoy

O mapagmahal at matiyagang Banal na Puso! Tulungan mo akong panibaguhin—sa pamamagitan ng pagmumuni-muni—ang tipan ng pagmamahal at pakikisama sa pagitan natin. Hayaan mong mapagtanto ko na sa aking pinagpalang paglalakbay patungo sa sagradong paglawak—buhay-buhay—kayo at ang aking espirituwal na gabay ay naging, at magpakailanman ay magiging, aking walang hanggang at walang hanggang mga kaibigan.

Kamalayan sa kaligayahan

Siyempre, kapag sinabi kong ang Diyos ay lubos na kaligayahan, ang ibig ko ring sabihin ay Siya ay walang hanggang naroroon at may kamalayan sa Kanyang sariling pinagpalang pag-iral. At kapag hinahangad nating maranasan ang walang hanggang kaligayahan o ang banal na presensya, tiyak na hinahangad natin ang isang walang hanggan, hindi nagbabagong pag-iral at isang patuloy na kamalayan o pakiramdam ng kaligayahang iyon.

Naipakita na natin sa mga nakaraang lektura, sa pamamagitan ng makatuwirang argumento, na tayong lahat - mula sa pinakamataas hanggang sa pinakamababa - ay naghahangad ng kaligayahan, at

ang bagay na ito ay naging isang tinatanggap na katotohanan kapag isinasaalang-alang ang mga kilos at motibo ng mga tao.

Baguhin natin nang kaunti ang argumentong ito: Ipagpalagay na isang mas mataas na nilalang ang lalapit sa atin at magsasabi sa lahat ng tao sa mundo, "O mga tao, bibigyan ko kayo ng walang hanggang kalungkutan at walang katapusang sakit na may walang hanggang pag-iral. Tatanggapin ba ninyo ang mga ito?" Siyempre, walang tatanggap ng ganitong alok, dahil lahat ay nagnanais ng walang hanggang kaligayahan na may walang hanggang pag-iral. Ang pagtingin sa mga motibasyon ng tao ay nagpapakita na ang bawat tao ay nagnanais na magtaglay ng kaligayahan.

Gayundin, walang sinuman ang nagnanais ng pagkalipol o paglipol sa sarili, dahil kahit ang pahiwatig lamang ng mga ito ay pumupukaw ng takot at pangamba. Lahat ay nagnanais ng permanenteng buhay, ngunit kung bibigyan ng walang hanggang pag-iral nang walang kamalayan o kamalayan sa pag-iral na iyon, tatanggihan natin ito. Walang sinuman ang nagnanais ng isang walang malay na pag-iral. Lahat tayo ay nagnanais ng isang may malay na pag-iral na walang katapusan.

Ngayon, ano ang Diyos? Kung ang Diyos ay iba sa kaligayahan o sukdulang kagalakan, kung ang pakikisama sa Kanya ay hindi magdudulot sa atin ng kagalakan, o kung hindi nito maibsan ang ating sakit, hindi natin Siya nanaisin, ni babaling tayo sa Kanya. Kung ang Diyos ay walang silbi sa atin, hindi natin Siya gugustuhing lapitan. Ano ang saysay ng isang Panginoon na nananatiling hindi natin nakikilala, na ang presensya ay hindi natin nararamdaman sa ating sarili o kahit sa ilang aspeto ng ating buhay?

Anuman ang ating konsepto sa Diyos, tulad ng: (Siya ang kataas-taasan o Siya ay umiiral sa loob natin at sa paligid natin), ang konseptong iyon ay nananatiling nababalot at nababalot ng kalabuan at misteryo maliban kung mararamdaman din natin ang Kanyang pag-iral.

Dahil sa kalituhan at kalabuan na ito sa ating pag-unawa sa Diyos at sa ating karanasan sa Kanya, hindi natin lubos na nauunawaan ang Kanyang kahalagahan sa atin at ang Kanyang praktikal na halaga sa relihiyon. Ang malabong pananaw na ito ay nabibigong lumikha ng sapat na paniniwala sa loob natin, at samakatuwid, hindi nito binabago ang ating buhay o nahahawakang nakakaimpluwensya sa ating pag-uugali, ni hindi rin tayo nito naudyukan na magsikap na makilala ang Diyos.

At ano ang sinasabi ng relihiyon sa mundo tungkol sa Diyos? Sinasabi nito na ang patunay ng pag-iral ng Diyos ay nasa ating sarili. Ito ay isang panloob na karanasan. Dapat mong tandaan kahit isang sandali sa iyong buhay, sa panalangin o pagsusumamo, kung kailan mo naramdaman na ang mga pisikal na limitasyon at balakid ay nawala o halos ganoon na, at ang maliliit na pag-ibig at poot, kasiyahan at sakit ay nawala lahat sa iyong isipan, at ang dalisay na kagalakan at kapayapaan ay dumaloy mula sa iyong puso, at nasiyahan ka sa isang katahimikan na walang anumang kagalakan at kasiyahan.

Bagama't ang ganitong kahanga-hangang karanasan ay hindi karaniwang ipinagkakaloob sa lahat, walang duda na bawat isa sa atin, sa isang punto ng panahon, maging sa panalangin, pagsamba, o pagmumuni-muni, ay nakaranas ng ilang sandali ng espirituwal na kaligayahan at dalisay na kapayapaan.

Hindi ba ito patunay ng pag-iral ng Diyos? Ano pang direktang patunay ang maiaalok natin sa pag-iral at kalikasan ng Diyos kaysa sa dalisay na kagalakang nararamdaman natin sa ating sarili sa panahon ng taos-pusong panalangin o taos-pusong pagsamba?

Sa kabila ng pagkakaroon ng mga ebidensyang kosmiko para sa pag-iral ng Diyos—mula sa epekto hanggang sa sanhi, mula sa mundo hanggang sa Lumikha ng mundo—nariyan din ang argumentong teleolohikal (na may kaugnayan sa paghahanap sa layunin ng kalikasan), mula sa mga planong kosmiko at pag-aangkop sa mga planong iyon hanggang sa Universal Intellect, ang lumikha ng lahat ng plano at pag-aangkop. Nariyan din ang argumentong moral: mula sa konsensya at ang pakiramdam ng pagiging perpekto hanggang sa hindi nagkakamaling Nilalang na ating kinatatayuan, na may pananagutan sa ating mga tungkulin at responsibilidad. Gayunpaman, dapat kilalanin na ang mga argumentong ito ay mga produkto ng intelektuwal na pangangatwiran, na iba-iba ang antas, dahil hindi natin maaaring taglayin ang kumpleto o direktang kaalaman sa Diyos sa pamamagitan ng limitadong kapangyarihan ng isip.

Ang kakayahan ng pag-iisip, o talino, ay nagbibigay ng pira-piraso at hindi direktang pananaw sa mga bagay. Ang pag-unawa sa isang bagay sa intelektwal na paraan ay nangangahulugan ng hindi pagtingin dito habang kaisa nito, kundi pagtingin dito habang hiwalay dito. Gayunpaman, ang intuwisyon ay ang direktang paraan ng pag-unawa sa katotohanan. Sa pamamagitan ng intuwisyong ito, makakamit ng isang tao ang maligayang kamalayan o banal na kamalayan.

Walang hindi pagkakasundo tungkol sa ganap na pag-iral ng maligayang kamalayan at ng kamalayan

ng Diyos, dahil kapag taglay natin ang maligayang kamalayan, nadarama natin na ang ating indibidwalidad o ang ating limitadong personalidad ay nabago at nabago, at nalampasan na natin ang dualidad ng pag-ibig at poot, kasiyahan at sakit, na umaabot sa antas kung saan ang limitadong mga estado ng ordinaryong kamalayan ay nagiging malinaw na nakikita. Nararanasan din natin ang panloob na paglawak at isang komprehensibong empatiya para sa lahat ng bagay. Sa estadong ito, ang ingay ng mundo ay naglalaho, ang kaguluhan ay nawawala, at sa loob natin ay lumilitaw ang isang pakiramdam ng pagkakaisa ng pag-iral at isang malinaw na pananaw ng kosmikong liwanag. Ang lahat ng mga karumihan at paglihis ay natutunaw sa kawalan, at nararamdaman natin na parang lumipat tayo sa ibang kaharian: sa pinagmumulan ng walang hanggang kaligayahan at walang katapusang maligayang kawalang-hanggan. Hindi ba, kung gayon, ang maligayang kamalayan ay ang kamalayan ng Diyos kung saan ang lahat ng nabanggit na mga estado ng kaalaman ay nagpapakita?

Malinaw, kung gayon, na ang Diyos ay maaari lamang ituring na lubos na kaligayahan kung dadalhin natin Siya sa larangan ng mapayapa at masayang karanasan ng tao. Kung gayon, ang Diyos ay hindi na magiging isang hipotesis lamang na napapailalim sa mga teoryang intelektwal. Hindi ba't ang ideyang ito ng Diyos ay higit pa sa lahat? Ipinakikita Niya ang Kanyang sarili sa ating mga puso bilang ang lubos na kaligayahan ng pagmumuni-muni, sa malalim na panalangin at taos-pusong pagsamba. Mapalad ang taong may payapang kaluluwa!

Kung uunawain natin ang Diyos sa ganitong paraan—ibig sabihin, bilang ang sagisag ng

kaligayahan—magagawa nating gawing unibersal na pangangailangan ang relihiyon, dahil walang sinuman ang tumatanggi na nais nilang makamit ang kaligayahan. At kung ang isang tao ay nagnanais na makamit ito sa pamamagitan ng tamang paraan, sila ay itinuturing na relihiyoso dahil sa kanilang pagiging malapit sa Diyos at sa kanilang kamalayan sa Kanya, gaya ng inilarawan natin ang Diyos bilang malapit sa puso sa sagisag ng kaligayahan.

Ang pakiramdam ng kaligayahan, o banal na kamalayan, ay maaaring tumagos sa lahat ng ating mga kilos at pagkatao kung hahayaan natin ito. At kung mapapanatili natin ito, maaari nating husgahan ang relatibong relihiyosong halaga ng mga kilos at motibo ng bawat tao sa mundong ito.

Kung ating mapagtatanto, kahit minsan lang, na ang pagkamit ng maligayang kamalayan ang ating relihiyon, ang ating layunin, at ang ating pangunahing layunin, lahat ng pagdududa tungkol sa kahulugan ng iba't ibang turo, rekomendasyon, at pagbabawal ng magkakaibang relihiyon sa mundo ay maglalaho. Ang lahat ay bibigyang-kahulugan batay sa yugto ng pag-unlad kung saan itinakda at ipinag-uutos ang mga turong iyon. Ang liwanag ng katotohanan ay sisikat, ang mga misteryo ng pag-iral ay ihahayag, at ang mga detalye ng ating buhay, kasama ang kanilang magkakaibang kilos at motibasyon, ay lilinawin. Makikilala natin ang pagkakaiba sa pagitan ng realidad at ilusyon, pagkagising at mga panaginip. Makikita rin natin ang kawalang-saysay ng mga kaugalian at tradisyon na kadalasang nakaliligaw sa sangkatauhan at nagtayo ng mga hadlang sa pagitan ng mga tao. Bukod dito, kung ang relihiyon ay mauunawaan sa ganitong paraan, walang sinuman sa mundong ito—bata man o

matanda—ang hindi makakapagsagawa nito, maging sila ay estudyante, manggagawa, abogado, doktor, inhinyero, karpintero, guro, manggagawa, pilantropo, o anuman ang kanilang posisyon sa buhay.

Kung ang relihiyon ay tungkol sa pag-alis ng pakiramdam ng pangangailangan at pagkamit ng kaligayahan, sino nga ba ang hindi gugustuhing maging relihiyoso, o sino ang hindi magsisikap na maging ganito sa mas mataas na antas kung ituturo sa mga tamang pamamaraan at pamamaraan?

Hindi rin dapat ituon ang pansin dito sa napakaraming relihiyon. Bawat isa sa mundo ay maaaring maging relihiyoso sa sarili nilang paraan, at magagawa ito nang mas matagumpay sa pamamagitan ng paggamit ng mabisang paraan. Dito, walang diskriminasyon batay sa uri o paniniwala, sekta o denominasyon, pananamit o klima, edad o kasarian, propesyon o katayuan, dahil ito ay isang unibersal na relihiyon. Kung paanong ang Diyos ang pangunahing haligi ng lahat ng relihiyon at paniniwala, ang pagkilala sa Kanya nang may kagalakan ang siyang karaniwang hibla sa kamalayan ng mga propeta ng lahat ng relihiyon. Hindi dapat ipagpalagay na ang ideyang ito ng Diyos ay abstrakto o walang kaugnayan sa ating mga espirituwal na pag-asa at mithiin.

Ang Diyos ay hindi isang nilalang na katulad natin, na may limitadong abot-tanaw at limitadong pananaw bilang tao. Ang ating pag-iral, kamalayan, damdamin, at malikhaing kakayahan ay mga anino lamang ng Kanyang kamalayan at kaligayahan. Siya ay isang ganap at transendente na presensya, habang ang ating pag-iral, kamalayan, at damdamin ay limitado at ordinaryo. Ang mga bagay na ito ay

walang hanggan sa pagkatao ng Diyos; sa katunayan, ang mga ito ay transendente at walang hanggan.

Nararamdaman natin ang Diyos sa perpektong kapayapaan, at nakikilala natin Siya sa pamamagitan ng maluwalhating kamalayan. Ano pa ang patunay ng Kanyang pag-iral? Sa ganitong kalagayan ng kaligayahan, ang ating mga espirituwal na pag-asa at mithiin ay nakakatagpo ng katuparan at pagsasakatuparan sa Diyos, tulad ng ating mga pananabik na nakakatagpo ng isang bagay o bagay na sinasamba.

Sa kamalayan ng kaligayahan, nalalampasan natin ang mga kagalakan at kalungkutan ng mundo, ngunit hindi natin nalalampasan ang pangangailangang tuparin ang ating mga tungkulin at obligasyon.

Ang taong may kaalaman sa sarili ay may katiyakan na ang Diyos lamang ang siyang tanging nilalang, sapagkat ang lahat ng kapangyarihan ng tagumpay ay nagmumula sa Kanya. Sa paglinang ng paglayo, ang maliit na ego ay kumukupas at nababawasan, at nadarama natin na ginagampanan natin ang ating mga tungkulin sa entablado ng mundo nang hindi naaapektuhan ng positibo o negatibong mga pangyayari, ng pagmamahal o poot na kaugnay ng mga tungkuling ito. Ang dulang ito ng buhay ay walang simula o katapusan. Dapat gampanan ng bawat isa sa atin ang papel na itinalaga sa atin ng Dakilang Direktor ng Tanghalan nang walang reklamo o sama ng loob, dahil sa pagmamahal sa dula at paggalang sa Direktor. Ang mga nakakamit ng kamalayan ng kaligayahan ay makakaramdam na ang mundo ay isang entablado at gagampanan ang kanilang tungkulin sa abot ng kanilang makakaya at kasanayan sa sining, laging inaalala na sila ay

**nagtatrabaho sa ilalim ng direksyon at gabay ng
Dakilang Direktor ng Tanghalan: Diyos na
Makapangyarihan sa lahat, ang pinagmumulan ng
lahat ng kabutihan at kagalakan sa buhay.
Sumainyo ang kapayapaan**

Mga sulyap sa kosmikong kamalayan

Ang isang tao ay tila isang estranghero na naglalakbay
nang mag-isa sa mundong ito
Ang mga taong inaakala niyang kanya ay hindi naman
talaga

Ang ating mga kapalaran ang nagtatakda ng mga
indibidwal na landas ng bawat isa sa atin, at walang sinuman
.ang maaaring kumontrol o magmay-ari ng ibang tao
Gayunpaman, hindi tayo nag-iisa sa mundong ito, dahil
may ilang malalapit na ugnayan na may malalim at
pangmatagalang ugat, kung saan tayo kumukuha ng suporta
.at kagalakan

?Sino-sino ang mga taong ito na malapit sa atin
Hindi sila palaging miyembro ng ating pamilya, kundi
sila ang mga taong may matibay na ugnayan ng
.pagkakaibigan

Halimbawa, may mga taong ang mga prinsipyong
pinaniniwalaan ko ay inalagaan at lumago. Pinahahalagahan
nila ako, at ginagantihan ko ang kanilang pagmamahal at
paggalang, at nadarama ko na ang pinagpalang mga
ugnayan ay nagbubuklod sa atin sa kabutihan, pag-ibig, at
.kapayapaan

Isang lalaki at isang babae na pinag-isa ang kanilang
buhay upang magtulungan at magbigay-inspirasyon sa isa't
isa gamit ang mga marangal na pagpapahalaga at mithiin,
itinatatag ang kanilang pagsasama sa pundasyon ng walang
.kundisyong pag-ibig

Ang paglinang ng dalisay at walang kundisyong
pagmamahal sa pagitan ng mag-asawa, mga magulang at
mga anak, kaibigan at kaibigan, sarili at lahat ng iba pa ay
.isang aral na ating matutunan sa mundong ito

Ang tunay na kasal ay isang laboratoryo kung saan ang
mga lason ng pagkamakasari, sama ng loob, at masamang
pag-uugali ay ibinubuhos sa pagsubok ng pasensya upang
neutralisahan at baguhin ang mga paghihirap na iyon sa
pamamagitan ng nag-uudyok na kapangyarihan ng
pagmamahal at ng matatag na pagsisikap na kumilos nang
.may kadakilaan at dignidad

Kung mayroong isang partikular na katangian sa
kapareha (A) na pumupukaw ng isang hindi kanais-nais na
katangian sa kapareha (B), dapat maunawaan ng kapareha
(B) na may dahilan para dito, na upang ibunyag ang mga
nakatagong lason sa loob niya upang makilala niya ang mga
ito at maalis ang mga ito, at sa gayon ay linisin ang kanyang
.pagkatao at kalikasan

Ang pinakadakilang bagay na maaaring hangarin ng
isang mag-asawa para sa isa't isa ay ang espirituwal na
pagiging bukas, na nagdudulot ng magagandang katangian
.ng pag-unawa, pagtitiis, pagmamalasakit, at pagmamahal
Ngunit dapat nilang tandaan na ang espirituwal na
paglago ay hindi maaaring piliting ipilit sa iba
Kapag ang isang tao ay nakaranas ng pagmamahal sa
kanyang sarili at isinasalin ito sa wika ng kanyang mga kilos,
madarama ng kanyang mga mahal sa buhay ang kanyang
mabuting impluwensya at gagantihan ito ng pagmamahal at
.paggalang

Maliban kung mauunawaan ng mga mag-asawa ang
mas mataas na layunin ng kasal, maaaring hindi nila
.matamasa ang isang masayang buhay may-asawa
Labis na sekswalidad, labis na pamilyaridad,
nakakasakit na kagaspangan, masasamang hinala, mapang-
insultong mga salita at kilos, pag-aaway sa harap ng mga

bata, pagbubuhos ng galit, at pagsisi sa mga problema sa kabilang kapareha -- ito ang mga bagay na hindi dapat .hayaang sumira sa pundasyon ng pagsasama

Ang mag-asawa ay dapat maging tapat sa isa't isa at dapat gawin ng bawat isa ang kanilang makakaya upang .mapasaya ang isa't isa sa lahat ng posibleng paraan

Hindi dapat iwan ng magkapareha ang isa't isa dahil lamang sa kulang sa espirituwal na hilig ang isa, bagkus ay dapat magkaroon ng positibong impluwensya ang bawat isa .sa isa hangga't maaari

Ang kasal ay isang mahusay na laboratoryo para sa paglinang ng magiliw na damdamin at paggalang sa isa't isa

Ito rin ay isang paaralan para sa pagpapaunlad ng mabuting kalooban, paglilinis ng pagmamahal mula sa mga karumihan, at pagsasakripisyo ng makasariling mga .konsiderasyon upang maglingkod at mapasaya ang iba

Sa buhay may-asawa, mahalagang igalang ang pananaw ng iba at umiwas sa pag-aaway at pagtatalo sa mga walang kabuluhang bagay. Ang paggalang sa isa't isa ay lumilikha ng kaligayahan, habang ang pagmamaliit sa opinyon ng iba ay humahantong sa emosyonal na tensyon, .sama ng loob, at pagkalason sa kapaligiran

Ang isang matagumpay na pagsasama ay nakabatay sa matataas na espirituwal at mental na katangian tulad ng maningning na pagmamahal, kabaitan, pagpaparaya, empatiya, palakaibigang pag-unawa, pagiging bukas ang .isipan, at maselang damdamin

Dapat makaramdam ng pagmamahal ang mga mag-asawa sa isa't isa at huwag limitahan ang damdaming iyon sa ilang partikular na sandali, kung hindi ay matutuklasan nila ang kanilang sarili na patungo sa mga dalisdas ng pagkabagot, sama ng loob, o maging ang poot sa isa't isa at .marahil ay diborsyo rin

Ang pag-ibig ay mas malakas kaysa sa pisikal o mental
na kahinaan, at samakatuwid ay hindi ito dapat nakatali sa
mga kondisyon

Ang pag-ibig ay hindi maaaring kunin mula sa ibang tao
nang sapilitan, ngunit maaari lamang itong tanggapin bilang
.isang kusang handog mula sa puso patungo sa puso

Ang pag-ibig ay lumalago at yumayabong sa isang
kapaligiran ng pagpaparaya at tiwala, at namamatay sa
isang kapaligiran ng selos at inggit

Ang pag-ibig ay nabubuhay sa pagiging malapit -
malayo at namamatay sa maling akala

At kabilang sa Kanyang mga tanda ay ang paglikha Niya
para sa inyo mula sa inyong mga sarili ng mga kabiyaq
upang matagpuan ninyo ang katahimikan sa kanila; at
inilagay Niya sa pagitan ninyo ang pagmamahalan at awa.
Tunay ngang narito ang mga tanda para sa mga taong nag-
.iisip

at ang dalawa ay magiging isang laman

Ang una at pinakamahalagang kinakailangan para sa
isang masayang pagsasama ay ang pagkakaisa ng espiritu -
pagkakatulad sa mga espirituwal na hilig at layunin, at isang
tunay na pagnanais na makamit ang mga layuning iyon sa
.pamamagitan ng pag-aaral, pagsisikap, at disiplina sa sarili

Ang mga magkasintahang may pagkakaisa sa espiritu

ay magagawang matagumpay ang kanilang pagsasama
.kahit na walang ibang salik na magagamit

Ang pangalawang kinakailangan para sa isang
matagumpay na pag-aasawa ay ang pagkakatulad ng mga
interes sa intelektwal, panlipunan, pangkapaligiran, at iba
.pa

Ang pangatlo at hindi gaanong mahalagang
kinakailangan, bagama't kadalasan itong inuuna ng mga
.hindi naliwanagan, ay ang pisikal na atraksyon

Mabilis na nawawalan ng dating at lakas ang pisikal na
atraksyon kung hindi matutugunan ang una o pangalawang
.pangangailangan

* * *

Dapat tayong maging aktibo sa mundong ito, at
gumawa ng kapaki-pakinabang at nakabubuo na gawain
Ngunit kapag natapos na natin ang ating mga tungkulin,
dapat tayong magpahinga at maghanap ng katahimikan sa
.ating sarili

Dapat din nating tandaan na ang ating mga nerbiyos ay
nangangailangan ng pahinga at katahimikan upang maibalik
.ang sigla at magbagong enerhiya

Kung mayroon tayong kalmadong sistema ng nerbiyos,
magtatagumpay tayo sa lahat ng ating ginagawa, at higit pa
rito, magiging kasuwato tayo ng ating mga sarili at naaayon
.sa Diyos

* * *

:Sinabi niya sa isang grupo ng mga tagasunod
Ang tasa ng iyong buhay ay umaapaw at puspos ng
banal na presensya, ngunit dahil sa iyong kawalan ng pansin
ay hindi mo nararamdaman ang pinagpalang presensyang
.iyon

Kapag nakatutok ka sa isang brodcast sa radyo,
.mararamdaman mo na malapit ka sa Diyos
Kung pupunuin mo ang isang bote ng tubig-dagat,
isarado mo ito nang mahigpit gamit ang tapon, at
pagkatapos ay itapon ito sa dagat, ang tubig sa loob ng bote
at ang tubig-dagat ay hindi maghahalo. Gayunpaman, kung
.aalisin mo ang tapon, agad silang maghahalo

Kaya, dapat nating tanggalin ang bara ng kawalang-
ingat at kawalang-bahala mula sa bote ng ating kamalayan
.bago natin mahawakan ang banal na presensya

Susi sa Paraiso at Kaligayahan

Mabuti na lang at maaari tayong magsimula anumang oras at kahit saan na nakatuon sa pagpapaunlad ng mga .positibong katangiang wala sa atin

Kung kulang tayo sa determinasyon, ituon natin ang pansin sa pagtugon sa aspektong iyan, at sa pamamagitan ng malay na pagsisikap, mapapatibay natin ang ating .determinasyon sa tulong ng Diyos

Kung gusto nating palayain ang ating mga sarili mula sa takot, dapat nating isipin ang tungkol sa katapangan, at darating ang panahon na tayo ay mapapalaya mula sa .pagkakahawak ng takot

Sa madaling salita, ang kailangan lang nating gawin ay palitan ang mga nakakabahalang kaisipang gusto nating alisin ng mga positibo at nakabubuo. Ito ang susi sa isang paraiso ng kaligayahan at tagumpay, at maaari itong .gamitin ng sinumang gustong gamitin ito

* * *

Maaaring iniisip ng ilan na imposibleng subukang malampasan ang poot at bigyang-inspirasyon ang sangkatauhan gamit ang banal na pag-ibig na naranasan at ipinahayag ng mga marurunong, ngunit mayroong malaking pangangailangan na baguhin ang landas at palitan ang poot .ng pag-ibig

Ang mga ideolohiyang ateista ay lumalaban sa mga batas ng langit at sinusubukang paalisin ang mga espirituwal na konsepto mula sa kaluluwa ng mga tao, at ang mundo ay mabilis at mabilis na nagmamadali patungo sa isang hindi .kilalang destinasyon

Sa pagsisikap na pigilan ang nagngangalit na bagyo, kung minsan ay maaaring magmukha tayong maliliit na langgam na lumalangoy sa karagatan, ngunit hindi natin dapat maliitin ang mga puwersa ng kabutihan na inilagay ng Diyos sa tao, ni hindi natin dapat maliitin ang ating .magagawa

Ang tanging bagay na mag-aalis ng pagdurusa ng mundo—higit pa sa pera o anumang iba pang materyal na paraan—ay ang pagmumuni-muni at pagpapadala ng mga alon ng espirituwal na kamalayan na nararamdaman ng mga .nagmumuni-muni

Dapat nating ipalaganap ang mga mensahe ng kabutihang-loob at kabutihang-loob sa mundo, sikaping unawain ang plano ng Diyos para sa sangkatauhan, at gumawa nang naaayon sa Kanyang matalinong .pangkalahatang kalooban

"Sabi ko sa kanya: "Bumangon ka na Kung dadaanin mo ang lahat ng iyong mga karanasan nang nakangiti at nagtitiwala sa Diyos, nang walang pag-aalinlangang pumapasok sa iyong isipan, makikita mo kung .paano gumagana ang banal na batas noong nagpaplano ako ng isang ,[Noong dekada 1920]

lecture tour sa San Francisco, \$200 lang ang pera ko sa bangko, na hindi pa nga sapat para masimulan ang tour, at may malalaking bayarin na kailangang bayaran, kaya sinabi :ko

Kasama ko ang Diyos, ipinagkatiwala Niya sa akin ang" gawaing ito at tutulungan Niya akong maisakatuparan ito, sapagkat ang gawaing ginagawa ko ay para sa Kanya at tiyak na tutulungan Niya ako at gagawing madali ang mga ".bagay para sa akin

Kahit pa talikuran ka ng buong mundo, at alam mong kasama mo ang Diyos, ang Kanyang mga batas ay gagawa .ng mga kababalaghan para sa iyo

Nang lumapit sa akin ang aking sekretarya at sinabi ko sa kanya ang tungkol sa halaga ng pera ko sa bangko, .nagulat siya at tuluyang bumagsak sa lupa

"Sabi ko sa kanya: "Bumangon ka na Nanginginig siyang sumagot: "Makulong tayo dahil hindi "!natin mabayaran ang mga utang natin

Sabi ko, "Hindi tayo makukulong. Sa loob ng pitong araw, makukuha natin ang lahat ng perang kailangan natin
".para sa lecture tour na ito

Nagngangalit ang mga pagdududa sa loob niya, habang ang aking pananampalataya ay nanatiling matatag
Hindi ko kailangan ng pera para sa anumang personal na pakinabang o layunin, kundi para sa pagpapalaganap ng banal na mensahe. Hindi pumasok sa puso ko ang takot sa kabila ng maraming paghihirap ko, at masasabi kong
.natatakot ako sa takot

Ano ang kinatatakutan mo? Walang dapat matakot sa iyo. Harapin ang lahat ng problema nang may matibay na pananampalataya sa Diyos, at ang tagumpay ay
.mapapasaiyo

Kapag ang puso ay nakatutok sa Diyos, malalampasan ng isang tao ang lahat ng mga balakid at hadlang sa tulong
.at mga pagpapala ng Diyos

Noong linggong iyon, habang naglalakad ako sa harap ng Palace Hotel, isang matandang babae ang lumapit sa akin
"?at nagsabi, "Maaari ba kitang makausap
Nagpalitan kami ng ilang salita, at walang paunang salita ay sinabi niya, "Marami akong pera, maaari ba kitang
"?tulungan

Sumagot ako, "Hindi ko kailangan ang pera mo, at bakit
"?mo ako inalok ng pera kung hindi mo naman ako kilala
Sumagot siya, "Pero kilala kita, marami na akong
"naririnig tungkol sa iyo

Agad akong sumulat ng tseke na nagkakahalaga ng \$27,000 (isang malaking halaga noong mga panahong iyon),
at nakita ko ang kamay ng Diyos sa likod nito

* * *

Maliban na lang kung ang isang tao ay magkaroon ng intuwisyon o kakayahan ng intuwisyon, makakagawa siya ng mga maling desisyon, pipili ng mga hindi angkop na kasosyo

sa negosyo, at masasangkot sa maling personal na mga
.relasyon

Dahil ang paghatol sa pandama ay pangunahing
nakabatay sa impormasyong natatanggap ng isip sa
pamamagitan ng mga pandama, kung ang mga pandama ay
nalinlang ng mga anyo, maaaring maniwala ang isang tao na
ang isang tao ay isang kahanga-hangang tao nang hindi
.nalalaman kung ano ang nasa loob nila

O maaaring isipin niya na nakahanap na siya ng
kapareha - o kabiya sa buhay - at pumasok sa isang
relasyong pangmag-asawa na maaaring humantong sa isang
.malungkot na buhay o magtapos sa diborsyo

Ngunit ang intuwisyon ay hindi kailanman nagkakamali;
hindi nito tinitingnan ang magnetikong kapangyarihan sa
mga mata o sa kaakit-akit na mukha ng isang tao, bagkus ay
nararamdaman nito nang tumpak at nauunawaan sa
.kaibuturan ng puso ang tunay na kalikasan ng taong iyon

Ambisyong espirituwalisado

Hindi ko malilimutan ang mga salitang sinabi sa akin ng
isang tindera sa isang malaking tindahan kung saan ako
.bumili ng amerikana para sa aking sarili

Sabi niya, "Sir, wala po akong gustong ibenta sa inyo,
sinusubukan ko lang malaman kung ano talaga ang
"kailangan ninyo

Hindi sinubukan ng mabait na lalaking iyon na ibenta sa
akin ang pinakamahal niyang amerikana, bagkus ay ipinakita
niya sa akin ang isang mas murang amerikana na babagay
.sa akin sa lahat ng aspeto

Nakahinga ako nang maluwag nang makuha ko ang
kailangan ko sa abot-kayang presyo

Sa paggawa nito, nakuha niya ako bilang isang regular
.na kostumer para sa kanyang kumpanya

Dapat ipakilala ng mga tao ang isang espirituwal na
elemento sa kanilang praktikal na mga ambisyon at

isaalang-alang ang pagbibigay ng angkop na serbisyo sa
.mga pangangailangan ng kanilang kapwa tao

Hindi sapat para sa isang tao ang kumita ng pera sa
pamamagitan ng pagbibigay ng mga serbisyo at pagtanggap
ng pera bilang kapalit, kundi ang magtrabaho upang kumita
ng pera at gamitin ito upang magtatag ng mga pasilidad at
institusyon na nagsisilbi sa mga pangangailangan ng
.publiko

Kapag ang isang tao ay kumikita ng malaking halaga ng
pera at kasabay nito ay tumutulong sa kanyang mga
kasosyo at empleyado, ang kanyang kayamanan at
kasaganaan ay nadaragdagan, at sa gayon ay ginagamit
niya ang kanyang kayamanan upang tulungan ang iba
upang matulungan din nila ang kanilang sarili. Ito ang
."tinatawag kong "ispiritwalisasyon ng ambisyon
Ang mga mayayamang magulang na nag-iiwan ng
malaking halaga ng pera sa kanilang mga anak ay
humahadlang sa kanilang pag-unlad batay sa sariling
tagumpay at nagkakait sa kanila ng pag-asa sa sarili at
.kagalakan ng tagumpay

* * *

Inihayag ng Diyos ang kanyang katotohanan sa iba't
ibang pagpapahayag sa loob ng mga malayang kabihasan,
nasyonalidad, at indibidwal na kaisipan

Sa pamamagitan ng malaking pagkakaiba-iba na ito,
iniharap sa atin ng Diyos ang isang nagbabago at iba't ibang
larawan ng nakatagong potensyal ng tao, at tungkulin ng tao
na kunin mula sa iba't ibang uri na ito ang pinakamataas at
pinakamahusay na mga katangian at itanim ang mga ito sa
kanyang sarili, sa kanyang tinubuang-bayan, at sa kanyang
.mundo

Iyan ang ginagawa ng mga taong naliwanagan sa bawat
panahon at lugar

Sila ay daan-daang taon nang nauuna sa kanilang
panahon, at sa pamamagitan ng kanilang mga bukas-isip na

ideya at lumalagong kamalayan, ipinapakita nila ang mga pangkalahatang pundasyon ng katotohanan, na walang .hanggan at walang tiyak na oras

Ang mga prinsipyong ito ang esensya ng tunay na sining ng isang masayang buhay. Ang mga ito ay mahalaga, naaangkop, at kailangang-kailangan na mga prinsipyo para .sa tagumpay at kaligayahan ng bawat tao

Ang mga pagkakaiba sa pagitan ng mga tao, bansa, etnisidad, at iba't ibang doktrina ay hindi dapat magdulot ng pagkakawatak-watak sa mga tao, bagkus ay magsilbing pangunahing modelo para sa paghahambing at pagpili ng pinakamahusay na mga katangian at pamamaraan na .nakakatulong sa pag-unlad ng huwarang tao at lipunan

Ang sining ng tiwala sa sarili

Kaunti lang ang mga taong maaaring maging masaya kahit walang ari-arian, o kahit man lang walang sapat na .pera at kalusugan

Karamihan sa mga tao ay nangangailangan ng ilang mga bagay upang maging masaya, at ang kanilang kaligayahan ay nakasalalay sa mga panlabas na pangyayari dahil ang isip ay hindi pa nasasanay upang matamasa ang .walang kundisyong panloob na kaligayahan

Maaaring isipin ng isang tao na sila ay magiging masaya —pagpalain ka nawa ng Diyos—kung makukuha nila ang lahat ng inaakala nilang kailangan nila. Ngunit ang pagnanasa ay nagbubunga ng pagnanasa, at sinumang patuloy na nagpaparami ng kanilang mga pagnanasa ay makakatagpo ng kasiyahan mula sa kanila gaya ng .pagkalayo ng mga Pleiades mula sa lupa

Bago ka bumili ng isang bagay, pakiramdam mo ay hindi mo na kaya kung wala ito at talagang kailangan mo itong makuha, kahit gaano pa ito kamahal. Ngunit kapag nakuha mo na ito, unti-unting nababawasan ang iyong pagnanais dito, at nagsisimula kang mag-isip ng mas .maganda, at iba pa

Ang tagumpay ay ang sining ng kasiyahan sa sarili:

Kunin ang talagang kailangan mo at pagkatapos ay
makuntento sa kung anong mayroon ka
Maraming manggagawa at empleyado ang gumagastos
ng kanilang pera sa mga hindi kinakailangang bagay at dahil
.dito ay nalulunod sila sa utang

May kilala akong isang lalaki at ang kanyang asawa na
nakatira sa isang magandang bahay sa isang lungsod.
Tuwing makakakita sila ng isang bagay na gusto nila, agad
nila itong bibilhin , kahit hulugan. Ngunit kalaunan, ang
kanilang magandang bahay ay naging pinagmumulan ng
.takot para sa kanila

Hindi nila kayang bayaran ang mga hulugan sa mga
bagay na nakatambak sa kanilang bahay, kaya minsan ay
sinabi ko sa kanila: "Ang mga bagay na ito ay hindi sa inyo
at hindi ninyo pag-aari, hiniram ninyo ang mga ito nang
hulugan. Kaya bakit hindi ninyo pasimplehin ang inyong mga
buhay nang wala ang mga patuloy na pag-aalala na sumisira
"?sa lahat ng kapayapaan at kasiyahan mayroon kayo
Dahil sa mga utang na kanilang pinagkaitan, kalaunan
ay nawala ang lahat sa kanila, na nagtulak sa kanila na
.bumalik sa mas simpleng buhay at magsimulang muli
May mga malusog na pagnanasa at walang bungang
pagnanasa. Ang malusog at mahahalagang pagnanasa ay
parang isang kabayong puro lahi na, sa halip na akayin ka sa
isang lambak ng kadiliman, ay dinadala ka patungo sa
maliwanag na abot-tanaw ng kaligayahan at kasiyahan.
Tungkulin ng isang tao na suriin ang mga pagnanasa upang
matukoy kung ang mga ito ay makakatulong sa kaligayahan
.o maglalayo sa isa mula rito

Anumang bagay na magpapalaya sa iyo mula sa
materyalismo at maglalapit sa iyo sa tunay na kaligayahan
ay isang malusog na pagnanasa. Alamin na ang tunay na
tagumpay ay nakasalalay sa pagkakaroon ng malusog na

mga pagnanasa, hindi sa pagkamit ng mga bagay sa
.kapinsalaan ng iba

Ang kayamanang nakamit sa pamamagitan ng
kasuklam-suklam na paraan ay maaaring magmukhang
matagumpay sa panlabas na anyo, ngunit ang labis na
kayamanang ito ay nagpapahirap sa kaluluwa at nag-aalis
dito ng kapayapaan. Ang isang nababagabag na konsensya
ay—paumanhin sa pananalita—tulad ng isang masikip na
sapatos na maaaring magmukhang maganda ngunit naiipit
.ang paa sa bawat hakbang

Ang isang taong may malinis na konsensya ay may
kapayapaan sa kanyang sarili, sa iba, at sa Diyos. Kung
malinis ang iyong konsensya, kaya mong tumayo nang mag-
isa laban sa pandaigdigang opinyon ng publiko, at gaano
man kakapal ang kadiliman sa paligid mo, sa tulong ng
Diyos, magagawa mong matusok ang kadiliman gamit ang
.liwanag ng iyong naliwanagang konsensya

* * *

Hindi natin kailangan ang pagluwalhati at papuri ng mga
tao dahil ang kalikasan ng tao ay pabago-bago at ang
.memorya ng tao ay panandalian lamang

Ang pagpapahalaga at pagsang-ayon ng Diyos ang
dapat nating sikapin at hanapin nang masigasig, dahil ang
kahalagahan ng isang tao ay nakasalalay sa pagtanggap na
natatanggap niya mula sa tagasuri ng mga puso at
.nakakaalam ng mga lihim

Kung tayo ay dalisay at banal sa paningin ng Diyos, iyon
ang pinakamahalaga

Kapag gumagawa tayo ng mabubuting gawa, minsan ay
kailangan nating magdusa, ngunit ang pagod, kakulangan sa
ginhawa, disiplina sa sarili, at pagsasanay sa pag-iisip ay
walang kapantay sa espirituwal na kaligayahang hindi
.kayang pantayan ng anumang kaluwalhatian sa lupa
Ang kagalakan ng mga dumarating ay dakila at
nababago, at ang layunin ng buhay ay maabot ang walang

hanggang kaligayahan at ang bawat marangal na ideya ay
naglalapit sa atin nang isang hakbang palapit sa ating
.sukdulang layunin

Ang ganitong mga kaisipan ay parang ilog na patungo
sa karagatan ng kaluluwa, kung saan naroon ang
.kapayapaan, kasiyahan, at panloob na kaligayahan
pambihirang tagumpay

Nalagpasan ko na ang masukal na kagubatan ng
kamangmangan

At nag-ukit ako ng landas ng liwanag sa loob nito
Una kong binigyang-diin ang ilang mga kahinaan at
kahinaan

Sinundan ko ito ng mga palumpong ng matinik na walis
ng pagnanasa

Mas lalong lumakas ang apoy

Umangat ang mga apoy

At lumawak ito upang lamunin ang mayabang na
pagmamataas

At lantaran na kamangmangan

At ang mga mabangis at mababangis na hayop ng
kalibugan ay sinunog

Habang tinatahak ko ang aking daan

Sa gitna ng mga abo ng mga lumang pagkakamali ng
tao

Hahanapin ko ang daan para sa lahat ng nagnanais na
tumawid sa kagubatan ng kamangmangan

* * *

Sa ating pakikipag-ugnayan sa iba, napakahalagang
pansinin at pahalagahan ang mga likas na katangiang
.kanilang nahubog mula sa kanilang buhay

Kung pag-aaralan mo ang iba nang may bukas na
isipan, mauunawaan mo sila at mas makakasundo mo sila,
at malalaman mo kung sino ang taong iyong kinakaharap at
.kung paano siya pakikitunguhan

Huwag makipag-usap sa isang pilosopo tungkol sa
karera ng kabayo, ni sa isang siyentipiko tungkol sa paglilinis
.ng bahay

Dapat nating alamin kung ano ang mahalaga sa ibang
tao at pag-usapan iyon sa kanila, hindi lamang tungkol sa
.ating sarili

Kompetisyon sa pagitan ng mga lalaki at babae
Tila ang kompetisyon ay palaging umiiral sa pagitan ng
mga lalaki at babae, ngunit sila ay pantay-pantay sa
.esensya, at walang nakahihigit sa isa't isa

Dapat ipagmalaki ng isang tao ang kanyang likas na
halaga at ang mga kalakasan at mahahalagang katangiang
.inilagay ng Diyos sa kanya

Ikinakatuwiran ng lalaki na ang mga babae ay
emosyonal at mapusok at hindi kayang hawakan ang mga
.bagay nang may katwiran at karunungan

Nagrereklamo ang babae na hindi siya kayang intindihin
at pahalagahan ng lalaki ang kanyang nararamdaman

Ngunit ang mga babae ay may kakayahang magkaroon
ng maayos na lohikal na pag-iisip, kahit na ang emosyon ang
.pinakamalakas na puwersa sa kanilang kalikasan

At ang lalaki ay may kakayahang makaramdam kahit na
ang katwiran ang nangingibabaw sa kanyang buhay

Ang layunin ay lumikha ng balanse sa pagitan ng
katwiran at emosyon upang hindi madaig ng alinman sa
.dalawa ang isa o mapawalang-bisa ang papel nito

Makakamit ang balanseng ito sa pamamagitan ng
pagkatuto ng parehong kasarian mula sa isa't isa sa
.pamamagitan ng pagkakaibigan at pag-unawa

Sa mga naliwanagan, matatagpuan natin ang kahanga-
hangang timpla ng mga katangiang panlalaki at pambabae.

At kapag naabot natin ang isang estado ng perpektong
balanse sa pagitan ng katwiran at emosyon, natutunan natin
ang mga dakilang aral kung bakit tayo naparito sa mundong
.ito

Mga espirituwal na pulso
Ako ay isang kislap ng kosmikong liwanag
Ang aking tunay na sarili ay hindi dugo't buto
Bagkus, ito ay isang sinag mula sa banal na araw
Mapapaunlad ko ang kakayahang ituon ang isip
Magbabasa ako ng magagandang libro at materyales
At sisid ako nang mas malalim sa aking pag-iisip
At higit sa lahat
Susubok ako sa dagat ng aking kaluluwa
At pinagninilayan ko ang mga lihim na inilagay ng Diyos
sa loob nito
Hinihiling ko sa iyo, O Panginoon
Upang makahanap ng repleksyon sa aking mga
aktibidad
At isang aktibidad sa aking pagmumuni-muni
Kaya't ang buong buhay ko
Isang regalo ng pagmamahal at katapatan sa iyo
?Mahahanap ba kita
?Maliban na lang sa santuwaryo ng aking puso
Magtanim ako ng mga rosas ng pagmamahalan ng
magkakapatid
Sa lupa ng pagkakaibigan at katapatan
O Panginoon, gisingin mo kami mula sa aming matagal
na pagkakatulog
Ipaalam sa amin na kilalanin ang iyong presensya na
nahayag sa liwanag ng katwiran
At nagniningning sa mga sulo ng karunungan
Magpapalamig ako sa lawa ng banal na pag-ibig
Nakatago sa likod ng mga pader ng pagmumuni-muni
?Ano ba itong buhay na dumadaloy sa mga ugat ko
Maari ba itong hindi magkaroon ng banal na
?pinagmulan
Ang konsepto ng emisyon
!Ang pag-iisip ay walang hangganan o katapusan

Ang bawat mabubuting salita ay kumakatawan sa isang
konsepto ng isang unibersal na kalikasan, dahil ang
mabubuting salita at dalisay na mga kaisipan ay may banal
na pinagmulan

Maraming alon ng magagandang ideya ang sumasayaw
sa dibdib ng dagat ng katotohanan

Ang ating mga intelektuwal na pagpapahayag ng
pinagkasunduan ay mga alon sa karagatan ng pag-unawa at
kaalaman

?Ano ang kahulugan ng emanasyon
Ito ay isang pagbabago ng buhay at isang pag-akyat sa
mas mataas na antas

?Ano ang nakataas at paano ito nakataas
Dapat nating maunawaan ang kahulugan ng
pagpapanibago ng buhay. Lahat ng bagay sa mundo ay
.sumasailalim sa proseso ng pagbabago at transpormasyon
Ang mga pagbabagong ito ay maaaring nakakapinsala o
nakabubuti sa bagay na binabago

Halimbawa, kung kukuha ako ng maruming baso at
hahampasin ito nang malakas sa lupa, magbabago ito, hindi
?ba

Ngunit ang gayong pagbabago ay hindi kapaki-
pakinabang; sa halip, ito ay nagsasangkot ng pinsala sa
.bagay na nawasak

Ngunit kung huhugasan mo ang salamin at gagawin
itong malinaw at makintab, magiging kapaki-pakinabang ang
.pagbabago

Samakatuwid, ang emanasyon ay nangangahulugang
anumang kapaki-pakinabang na pagbabago, maging sa mga
pisikal na bagay o sa mga tao
malikhaing aktibidad

May tatlong kategorya ng mga taong may malikhaing
:diwa

Kategoryang pambihira – pambihira
gitnang uri

at karaniwang kategorya

Marami ang hindi nabibilang sa alinman sa mga

kategoryang ito

:Mahilig tanungin ng isang tao ang kanyang sarili

Sinubukan ko na bang lumikha ng bago at kakaiba,"

"?isang bagay na makikinabang sa aking sarili at sa iba

lyan ang panimulang punto para sa pakikilahok sa

malikhaing aktibidad

Kung hindi niya naisip iyon, isa siya sa mga naniniwala

na wala silang kakayahang maging malikhain kahit taglay

nila ang mga sangkap nito, ngunit ang mga mungkahing

pumasok sa kanila mula sa kanilang subconscious ay

nakakumbinsi sa kanila na may malawak na distansya sa

.pagitan nila at ng pagkamalikhain

Siyang dumaraan sa buhay na parang naglalakad sa

pagtulog ay dapat gumising, na nagpapatibay sa kanyang

:sarili

Taglay ko ang pinakadakilang kaloob ng tao, ang diwa"

"ng pagkamalikhain

Ang bawat tao ay nagtataglay ng kislap ng kakayahan

at inisyatiba, na nagbibigay-daan sa kanila upang lumikha

ng isang bagay na kakaiba. Gayunpaman, ang impluwensya

ng kapaligiran ay parang hipnosis, at ang limitadong

kamalayan ng tao ay madaling malinlang kung ang isang tao

ay hindi mapagmatyag at matatag laban sa mga negatibong

.impluwensya ng kapaligiran

Sinumang magsabi sa kanyang sarili, "Lahat ng kalsada

ay maraming daan at siksikan, kaya ano pa ang saysay ng

pagsubok?" ay hinahayaan ang kanyang sarili na mahulog sa

ilalim ng hipnotikong impluwensya ng isang makamundong

kamalayan na pumipigil sa determinasyon, at ito ang

nagpapaliwanag kung bakit maraming tao ang hindi

nagtatagumpay sa lahat ng aspeto ng buhay dahil kulang

.sila sa diwa ng pagkamalikhain

Dapat umangkop ang isang tao sa mga karanasan sa
buhay ayon sa idinidikta ng kanyang konsensya at sa
iminumungkahi ng kanyang puso, at huwag kumilos nang
.walang maingat na pagsasaalang-alang
Sinumang may matibay na pananampalataya sa
kaibuturan ng kanyang sarili, dadagdagan ng Diyos ang
kanyang pananampalataya, lakas, at determinasyon upang
.makamit ang kanyang minimithi sa buhay
Mayroon akong matibay na tiwala sa Diyos at matibay
na paniniwala sa Kanyang tulong, kaya naman biniyayaan
Niya ako ng isang pinagpalang espirituwal na lakas, isang di-
matitinag na paghahangad na palaging lumilikha ng mga
pagkakataon para sa akin, nagbukas ng mga pinto para sa
akin, at naghanda ng hindi mabilang na mga landas sa harap
.ko, sa pamamagitan ng Kanyang biyaya
Ang tunay at pangmatagalang kaligayahan ay tanging
sa Diyos lamang nakasalalay
Ang banal na kaalaman ay isang kayamanan; sinumang
makahanap nito ay walang ibang hinahangad
Sa Diyos, at wala nang iba pa, ay may seguridad. Siya
ang tanging kanlungan at takas mula sa lahat ng takot at
.pag-aalala
Kung hindi, walang tunay na kaligtasan sa mundong ito
Kaya naman, dapat gawin ang lahat ng pagsisikap
upang makilala siya at makipag-ugnayan sa kanya umaga at
gabi, at sa lahat ng ating ginagawa at mga tungkuling ating
.nagagawa
Saanman naroon ang Diyos, walang takot o kalungkutan
Ang mga nakakakilala sa Kanya ay hindi natitinag ng
mga pangyayari sa mundo ni natitinag ng iba't ibang
kalamidad, dahil sila ay ligtas at panatag dahil sa presensya
ng Diyos na kasama nila at sa Kanyang pangangalaga sa
.kanila

Pagsusumamo
O, Panginoon

Kahit na ang liwanag ng iyong pag-ibig ay minsang
napapawi ng mga kasamaan ng mundo
Ngunit nagsusumikap kaming ipakita ang iyong liwanag
Nawa'y patuloy na dumaloy ang liwanag ng iyong
pinagpalang liwanag
Nagniningning ito sa gitna ng kadiliman at tuluyan itong
pinapawi
Ramdam ko ang iyong maluwalhating kapangyarihan na
sumasaklaw sa aking pagkatao
Sa tulong at mga pagpapala mo, ang mga nagmamahal
sa kabutihan ay makakagawa
Pagtagumpayan ang mga kasamaan ng mundo
At ang iyong pag-ibig ay nananatiling pinakadakilang
kapangyarihan
Na dapat itanim sa isip at puso
Upang maalis ang mga digmaan
Mga kaguluhan at kaguluhan
Ramdam ko ang sakit ng sangkatauhan
Gusto kong gawin ang lahat para maibsan ang
paghihirap ng tao
Pagpalain Mo kami, O Panginoon, upang aming
mapataas ang mga sulo ng Iyong pag-ibig at Iyong liwanag
Saanman tayo lumingon at saanman tayo magpunta
Gusto kong makasama ang mga taong nagmamahal sa
iyo
At nais kong maranasan ang marinig ang iyong banal na
pangalan
Ikaw ang una at huling pag-ibig sa puso ko
Pagpalain ang lahat upang madama nila ang iyong
pagmamahal at kaluwalhatian
Iwanan natin ang mga walang kabuluhang ambisyon at
mga pantasyang pangarap
Punong-puno kami ng iyong kamangha-manghang pag-
ibig

Gusto kong sabihin sa iba ang tungkol sa iyong pag-ibig
at mga kababalaghan
Itanim sa amin ang patuloy na pagkaunawa sa iyong
pagmamahal
At ang agarang pagnanais na mahawakan ang iyong
banal na presensya
Iwanan natin ang lahat ng bagay na nagtataboy sa atin
at naglalayo sa atin mula sa Iyo
Ikaw lamang ang walang hanggan, walang hanggan, at
ganap na katotohanan
Walang buhay kung wala ka
Palayain ang lahat tulad ng pagpapalaya mo sa akin
At nagpapasalamat ako sa iyo mula sa kaibuturan ng
aking kaluluwa
Upang ipagkaloob sa akin ang mapagpalang kagalakang
ito

Na siyang kasama ko araw at gabi
Tahimik na aktibidad at aktibong katahimikan
Hindi lamang dapat gugulin ng isang tao ang kanyang
oras sa pagkamit ng pera, kundi pati na rin sa pag-
eehersisyo, pagbabasa, pagmumuni-muni, pagmamahal sa
.Diyos, at pag-uugali nang mahinahon at walang pakialam
Dapat nating matutunan kung paano maging tahimik at
aktibo, at punuin ang ating pang-araw-araw na gawain ng
katahimikang nakukuha mula sa pag-iisip tungkol sa Diyos at
.pagninilay-nilay

Dapat nating tuparin ang ating gawain dahil sa
pagmamahal sa tungkulin, at tanggapin ang mga resulta
nang may balanseng pag-iisip, nang hindi minamaliit ang
.tagumpay o nabibigo dahil sa kabiguan

Hinihiling namin sa Iyo, Panginoon, na tulungan Mo
kaming mamuhay nang mapayapa sa isang mundo kung
saan ang Iyong katotohanan ang aming gabay, pinuno, at
tagapagturo, upang kami ay mamuhay nang may
pagmamahalan bilang magkakapatid at mapaunlad ang

aming mga katawan, isipan, at kaluluwa sa isang balanseng
paraan, upang ang iyong makalangit na kapayapaan ay
maipakita sa pamamagitan ng aming buhay at pang-araw-
.araw na gawain

Biniyayaan ng kalusugan, kakayahan, kahusayan, at
karunungan, nawa'y bigyan natin ng inspirasyon ang ating
kapwa-tao na ilabas ang kanilang pinong kalikasan at
.marangal na mga katangian

Nawa'y sumikat ang liwanag ng iyong pag-ibig sa altar
ng aming pananabik sa Iyo

At hayaan mong magkaroon kami ng kakayahang
gisingin ang iyong pagmamahal sa bawat puso

* * *

Isa sa mga disipulo ang nagtanong tungkol sa
pinakamahusay na paraan upang makamit ang panloob na
:kapayapaan, at sinabi ng guro

Pagsikapan na pakalmahin ang mga balisang kaisipan
na mabilis na lumalabas at idirekta ang kaisipan papasok
Pagsikapan mong iayon ang iyong mga iniisip at
hangarin sa sapat at kumpletong mga katotohanang umiiral
.na sa iyo

Kung magkagayo'y mararamdaman mo ang isang
matamis na pagkakaisa na tumatagos sa iyong pagkatao at
.bumabalot sa iyong buhay at sa buong kalikasan

Kung ang iyong mga pag-asa at inaasahan ay naaayon
sa likas na pagkakasundo na ito, ikaw ay lalakad nang
maayos at madali sa mga landas ng buhay at lilipad sa mga
.pakpak ng kapayapaan

At dito nakasalalay ang lalim at kagandahan ng buhay
ng kaluluwa

* * *

Minsan mas epektibo ang mga ideya kaysa sa mga
salita

Ang isip ng tao ang pinakamalakas na tagapaghatid at
tagatanggap sa lahat

Kung palagi mong ibinabahagi ang mga positibong
kaisipan at sinisingil ang mga ito ng enerhiya ng pag-ibig,
ang mga kaisipang iyon ay mag-iiwan ng magandang
.impresyon sa iba

Gayundin, kung ilalabas mo ang mga kaisipang puno ng
inggit o poot, matatanggap ng iba ang mga kaisipang iyon at
.tutugon sa mga ito nang may katulad na mga kaisipan
Hinihiling ko sa Diyos na suportahan ang iyong mga
pagsisikap gamit ang Kanyang lakas at pagpapala
Halimbawa, kung ang asawang lalaki ay lumilihis sa
tamang landas, dapat hilingin ng asawang babae sa Diyos
na tulungan ang kanyang asawa at alisin ang mga
damdamin ng selos at hinanakit sa kanyang puso, at
ipaunawa sa kanyang asawa ang kanyang pagkakamali at
.bumalik sa tamang landas

Kung ang panalangin ay taos-puso at ang mga
intensyon ay dalisay, ang ninanais na pagbabago ay
mangyayari sa tulong ng Diyos

* * *

Madalas kong ginagamit ang lakas ng loob para
malampasan ang isang ugali na nagtatangkang supilin ako
Noong kumakain ako ng ilang uri ng pagkain at
nasusumpungan kong nalilimitahan ako ng pagnanasa sa
mga ganitong uri, iniawasan ko ang mga pagkaing iyon
.hanggang sa mawala ang pagnanasa ko sa mga ito
Nang pumunta ako sa Singapore, nakakita ako ng
masarap na prutas doon, ngunit binantayan ko ang aking
sarili upang hindi ako magkaroon ng pagnanasa dito, dahil
napagtanto ko na maliban kung ako ay magbibigay-pansin at
mag-iingat, masusumpungan ko ang aking sarili na
gugustuhin ito sa umaga, tanghali, at gabi, at sa ganitong
.paraan ay nililimitahan natin ang ating mga sarili
Bagama't lubos kong nasiyahan sa prutas nang araw na
iyon, hindi ko ito pinalampas at hindi ko pinagsisihan ang
.pagkawala nito kinabukasan

Kung magtutuoan tayo sa mga bagay na ating
kinagigiliwan, wala tayong dapat ikatakot. Dapat nating
.panatilihin higit sa lahat ang ating kalayaan
Kung sasabihin kong hindi ako gagawa ng isang bagay,
ang desisyon ay pinalat hindi na mababawi. Hindi ba't
?kalayaan iyon

Kay gandang kumilos hindi dahil sa nakasanayan o
bilang tugon sa pagtatangka ng iba na makuha ang ating
!loob, kundi dahil idinidikta ito ng karunungan
Kapag ang karunungan ang humihikayat sa atin na
gawin ang isang bagay, walang dapat pumigil sa atin sa
.paggawa nito, basta't tayo ay ginagabayan ng karunungan
Ang isang kapaki-pakinabang na ugali ay maaaring
maitatag sa pamamagitan ng paghahangad at karunungan.
May kakayahan akong sang-ayunan ang anumang
.iminumungkahi ng karunungan

Ang mga orihinal na padron o arketipo ng karamihan sa
mga tao ay naging napakatatag na kaya hindi na nila
mababago ang mga ito, ngunit ang mga taong nagpapanatili
ng kanilang mga ideya na may kakayahang umangkop sa
pamamagitan ng pagiging magalang at pagpipigil sa sarili ay
.madaling magbago para sa ikabubuti

Ang isip ay dapat na maging kasing-dali ng luwad. Ang
karunungan ay nagbibigay ng kakayahang umangkop, at
.iyan ang kalayaang nais kong matamasa ng iba
Kapag ang isang tao ay nakalaya na mula sa
pagkaalipin ng nakasanayan, matutuklasan niya na walang
hihigit pang kaligayahan kaysa sa pagkilos nang naaayon sa
.malayang pagpili at paniniwala sa sarili

Hindi dapat hayaan ng isang tao na suntukin, sampalin,
at talunin siya ng mga pangyayari, bagkus dapat niyang
gawin ang kanyang makakaya upang malampasan ang mga
.pangyayaring iyon

Sinumang may matibay na kalooban ay malalampasan
ang lahat ng mga pagsubok sa tulong ng Diyos

* * *

Ang bawat pisikal na kilos ay may katumbas na kaisipan
Ginagamit natin ang ating pisikal na lakas upang
magsagawa ng ilang mga aksyon, ngunit ang aksyon ay may
pinagmumulan sa kaisipan, at pinapatnubayan ng isang
.gabay sa pag-iisip

Ang pagnanakaw ay masama; ngunit ang
pinakamalaking kasamaan ay ang gawaing pangkaisipan ng
pagnanakaw, na siyang nagbubukas ng daan para sa pisikal
.na pagnanakaw, dahil ang isip ang tunay na utak
Anumang maling gawain na nais iwasan ng isang tao ay
dapat munang alisin sa kanilang isipan
Kung puro pisikal na gawain lang ang iyong
pinagtutuunan ng pansin, napakahirap kontrolin ang iyong
.sarili

Ang pokus ay dapat nasa isip at pagwawasto ng mga
maling akala, at sa gayon ang aksyon ay awtomatikong
.maisasagawa nang maayos at matagumpay

* * *

Kapag nakaramdam ka ng kapayapaan
Sa bawat galaw
Mula sa mga galaw ng iyong katawan
At makakaramdam ka ng kapayapaan sa iyong mga
iniisip

At sa iyong kalooban
At sa iyong pagmamahal
At siya ay nakakaramdam ng kapayapaan
At sa banal na presensya
Sa iyong mga ambisyon
Tandaan na ikaw
Ang buhay mo ay nakarating na sa Diyos
Papuri, kritisismo, at pambobola
Ang pambobola ay maaaring mabuti kapag hinihikayat
nito ang isang tao na gumawa ng mabuti, ngunit ito ay
malisyoso kapag ginagamit ito upang itago ang mga

espirituwal na sugat, na nagiging sanhi ng paglala ng mga
ito at sa gayon ay nilalason ang kaluluwa ng sakit ng
.kamangmangan

Mahilig ang karamihan sa mga tao sa pambobola, tulad
ng marami na nasisiyahan sa pagkain ng pulot-pukyutan
nang hindi namamalayan na ang ilan dito ay maaaring
.nakalalason

Bukod sa mga mapang-uyam na salita ng iba, ang ating
sariling mga iniisip ay kadalasang nagbibigay-katwiran sa
ating mga mapaminsalang kapintasan at nagtatago ng
malalaking sikolohikal na abscess na maaaring pumutok at
.lumason sa buong espirituwal na buhay ng isang tao
Kaya naman, ang pambobola ng iba sa atin at ang mga
bulong ng ating komportableng mga kaisipan ay nakalulugod
sa pandinig, at ang ating karunungan ay nabibihag sa mga
.kamay ng mga makamandag na salita ng pambobola
Marami ang kusang-loob at sadyang nagsasayang ng
pera, oras, kalusugan, at maging ng moralidad dahil sa mga
.mapanlinlang na salita mula sa mga pekeng kaibigan
Maraming kaluluwa ang napahamak dahil hindi nila
sinunod ang matalinong payo at dahil sila ay napadala sa
tukso ng matatamis na pananalita na naglalaman ng tuso at
.masamang hangarin

Mas mabuti pang mamuhay sa impyerno kasama ang
isang tapat at prangka na tao kaysa sa mamuhay sa paraiso
kasama ang sampung taong mapang-uyam at may
masamang balak. Ginagawang impyerno ng mga
mambobola ang langit, habang ginagawang langit ng
.mabubuti at tapat na kaibigan ang impyerno

Dapat tayong laging magsalita ng totoo, at kasabay nito
ay dapat nating iwasang manakit ng iba gamit ang mga
salitang maaaring totoo ngunit malupit at hindi
.humahantong sa positibong resulta

Halimbawa, kung kausapin mo ang isang bulag sa
pamamagitan ng pagsasabi ng "Ikaw na bulag," maaaring

totoo ang iyong sinasabi, ngunit ang ganitong uri ng pananalita ay hindi kanais-nais at nagdudulot ng masasakit na damdamin, kaya dapat iwasan ang ganitong nakakasakit .na istilo

Hindi ipinapayong punahin ang isang taong ayaw mapuna, ngunit makakatulong ang pakikinig sa mabubuting kritisismo, at kahanga-hangang tanggapin ang malupit ngunit tamang kritisismo nang may ngiti at palakaibigang .pagpapahalaga

Isang matalinong tao ang may kaibigang labis na pumupuna sa kanya, at ang mga tagasunod ng matalinong tao ay nainis sa kritisismong ito. Isang araw, isa sa mga disipulo ang masayang lumapit sa kanyang guro at sinabi sa kanya: "Magalak ka, guro, sapagkat ang iyong kaaway, ang ".mapaghanap ng mali, ay namatay na Napaluha ang matalinong lalaki at sinabing, "Naku, isang malaking kawalan! Pumanaw na ang aking pinakamahusay na kritiko sa espirituwal, at pakiramdam ko ".ay nadurog ang aking puso Karamihan sa mga tao ay hindi gusto ang nakabubuo at matalinong kritisismo at sa halip ay mas pinipiling isakripisyo ang lahat para sa pambobola at talikuran ang mga prangkang salita ng mga matatalinong tao at ang kanilang .tumpak na pananaw

Dapat tanungin ng isang tao ang kanyang sarili :paminsan-minsan

Nalinlang ba ako ng matatamis na salita at hinayaan" ang mga kamay ng makasariling pambobola na pigilan ang "!?aking karunungan at bulagin ang aking pananaw

Ang Kwento ng Santo at ng Multo ng Bulutong

Habang nagmumuni-muni ang isa sa mga matuwid na santo ng Diyos sa kalaliman ng gabi, lumitaw sa kanya ang nakakatakot na multo ng bulutong pagpasok sa nayon kung :saan siya nakatira, kaya't sinigawan niya ito

Manatili ka sa kinaroroonan mo, multo, at bumalik ka"
sa pinanggalingan mo. Huwag mong saktan ang mga
".naninirahan sa bayan kung saan ako sumasamba sa Diyos
Sumagot ang multo, "Tatlong tao lang ang kukunin ko,
hindi hihigit pa, alinsunod sa batas ng karma at bilang
".pagtupad sa aking tungkulin sa kosmikong mundo
Nag-aatubili ang tagapag-alaga na tinanggap ang
paliwanag

Kinabukasan, tatlong tao ang namatay dahil sa
bulutong, at sa ikatlong araw ay marami pa ang namatay, at
araw-araw pagkatapos noon, may ilang taganayon na naging
.biktima ng kakila-kilabot na sakit

Sa paniniwalang siya ay naging biktima ng isang
malaking panlilinlang, ang santo ay nag-isip nang malalim at
tinawag ang multo. Nang ito ay lumitaw, pinagalitan ito ng
:santo, na sinasabi

Nilinlang mo ako, Multo, at hindi ka nagsabi ng totoo"
".nang sabihin mong tatlong tao lang ang kukunin mo
Sumagot ang multo, "Sumusumpa ako sa Kataas-
".taasang Espiritu na sinabi ko ang katotohanan
Sabi ng tagapag-alaga, "Nangako ka sa akin na kukuha
ka ng tatlong tao, ngunit ang sakit ay kumitil na ng dose-
".dosenang buhay

Sumagot ang multo: "O kaibigan ng Diyos, tatlo lang
"ang kinuha ko, ang iba ay namatay sa takot
Alamin ninyo, mga kaibigan ko - nawa'y dagdagan ng
Diyos ang inyong kaalaman - na ang takot ay lumilikha ng
negatibong vibration sa loob ng isang tao, na nakapalibot sa
kanya sa iba't ibang paraan, ibinabalot siya sa mga hindi
nakikitang lubid na mahirap alisin, at ginagawa siyang mas
madaling kapitan ng lahat ng negatibo sa iba sa kanyang
paligid, kaya't siya ay napapaligiran ng mga hindi malusog
.na alon

Sa ganitong kaso, nagdudulot siya sa kanyang sarili ng
sakit, pagkabigo, kawalan ng pag-asa, pagdududa,
.pagdurusa, kalungkutan, at marahil maging kamatayan
Lakas ng Paghahangad: Ang Cosmic Activator
Ang bawat galaw sa katawan ay nagpapahiwatig ng
paggalaw ng kalooban

Sa pamamagitan ng sistema ng lakas ng loob, ang
enerhiya ay ipinapadala nang wireless sa katawan gamit ang
nakaimbak na enerhiya sa utak at ang matalinong
.kosmikong enerhiya na nakapalibot sa katawan
Kapag ikaw ay pagod, maaari mong bigyan ang katawan
ng enerhiya sa pamamagitan ng pagkain, paglanghap ng
.oxygen, pag-inom ng tubig o iba pang likido

Ngunit kapag itinaas mo ang iyong mga braso at
katawan para magbuhat ng mabigat na bagay, nagdadala ka
ng enerhiya sa iyong katawan sa pamamagitan ng hindi
.nakikitang lakas ng loob

Kapag hinigpitan mo ang katawan nang may malay na
pokus (hanggang sa ito ay manginig nang walang pilay),
naaantig mo ang kosmikong enerhiya ng Diyos na
.pinagkalooban ng katalinuhan

Ganito tayo makakabuo ng enerhiya o aktibidad sa
katawan, hindi mula sa materyal na pinagmumulan sa labas
ng katawan, kundi mula sa banal na pinagmumulan na
.nakatago at umiiral kapwa sa loob at labas ng katawan

Upang makakuha ng access at makinabang mula sa
kosmikong enerhiya, dapat munang mahanap ang
nawawalang ugnayan sa pagitan ng kamalayan at materya,
sa pagitan ng katawan at kaluluwa. Ang ugnayan na ito ay
matatagpuan sa pamamagitan ng pagtuon, pagmumuni-
muni, at pagsasakatuparan ng tunay na katangian ng sarili
.at ang koneksyon nito sa banal na kamalayan

Ang buhay ay isang karaban

Marami sa mga nakasama natin noong nakaraang taon
ay wala na ngayon, at sino ang nakakaalam kung sino ang
?makakasama natin sa susunod na taon
Iyan ang buhay, at ang paglalakbay nito ay
nagpapatuloy. Ito ay isang karaban na ating kasama sa
.maikling panahon

Ang ilan sa ating mga kasama ay nahulog sa hukay ng
pagkalugi, ngunit kapag ang mga sakit na kanilang
dinaranas ay nadaig sila, magsisimula silang humingi ng
gabay at gabay mula sa Panginoon ng karabana, na siya ring
.Panginoon ng mundong ito: ang Diyos na Makapangyarihan
Bagama't tayo ay magkakahiwalay sa karaban na ito, at
ang misteryo ay bumabalot sa simula at katapusan, ang
buhay ay mayroon pa ring malalim na kahulugan: na
nagpapaalala sa atin ng kahalagahan ng taimtim na
.paghahanap sa Diyos

:Ang mundong ito ay maihahalintulad din sa isang dula
Ang buhay na ito ay isang kuwentong isinalaysay ng"
isang tauhan, ang gabi ay parang kumot at ang araw ay
".parang palaruan

Hindi nagmumula sa wala ang mga aktor. May
backstage, at pagkatapos ng kanilang mga papel, ang mga
aktor ay hindi tumitigil sa buhay, bagkus ay nawawala sa
.likod ng kurtina ng eter upang maghanap ng pahinga
Nandito kami bilang pagsunod sa plano ng Direktor ng
Banal na Teatro na gampanan ang aming mga papel nang
pansamantala sa yugtong ito ng buhay at pagkatapos ay
.iiwan ang eksena

Hindi tayo namamatay sa tradisyonal na kahulugan ng
kamatayan, bagkus ay nawawala tayo sa likod ng tabing ng
panahon, ayon sa direksyon ng direktor ng kosmikong
.teatro

Tayo ay lilitaw sa entablado ng buhay sa bawat
pagkakataon hanggang sa maging mahusay tayo sa

pagtatanghal at magampanan nang maayos ang ating mga
.tungkulin ayon sa banal na kalooban
Kapag pinagbuti natin ang ating pagganap at sumunod
sa kalooban ng Kataas-taasang Tagapamahala at Tagaplano
nang hindi nawawalan ng lakas ng loob o nakikialam sa mga
detalye ng planong itinakda ng Diyos, hindi na natin
kakailanganing sumubok muli, kundi magiging mga walang
kamatayang haligi sa istruktura ng walang hanggang pag-
.iral, mga permanenteng naninirahan sa Kaharian ng Langit
Mananatili sila roon magpakailanman
Sinumang magtagumpay, gagawin ko siyang haligi sa}
{aking banal na templo, at hindi na siya lalabas muli

* * *

Noong una ay nag-alangan akong maging isang guro,
dahil ang mga kinakailangan at implikasyon ay napakalaki at
nakakatakot, dahil ang isang guro ay dapat na isang shock
absorber, at sa sandaling siya ay mabalisa at malito, hindi
.niya matutulungan ang mga humihingi sa kanya ng tulong
Ang isang tunay na guro ay dapat magmahal sa lahat,
umunawa sa sangkatauhan, at makilala ang Diyos
Nang sabihin sa akin ng aking guro (Sri Yuktiswar) na
ang aking tungkulin sa buhay na ito ay bilang isang
espirituwal na guro, nanawagan ako sa walang hanggang
.kapangyarihan ng Diyos upang suportahan ako
Nang magsimula akong magbigay ng mga lektura,
nilayon kong magsalita hindi mula sa kaalaman ng mga
aklat na hango sa teoretikal na pag-aaral, kundi mula sa
panloob na inspirasyon, lubos na batid na ang malikhaing
kapangyarihan na ang mga bukal ay hindi kailanman
nauubusan at ang pinagmumulan ay hindi kailanman
.nauubusan ay nasa likod ng lahat ng aking mga salita
Ang kapangyarihang iyan ay ginamit din sa ibang mga
larangan upang tulungan ang iba sa kanilang gawain at sa
.maraming iba't ibang paraan

Ginamit ko ang isip ng tao upang itampok ang
imortalidad

Hindi ko sinabing, "Gawin mo ito para sa akin,
Panginoon," kundi, "Gusto kong gawin ito, Panginoon, at
hinihiling ko sa Iyo na gabayan mo ako, bigyan ako ng
"inspirasyon, at hawakan mo ako sa kamay
Magagawa ng isang tao ang maliliit na bagay sa
kakaibang paraan

Dapat siyang maging pinakamahusay sa kanyang
larangan ng trabaho, at huwag hayaang magpatuloy ang
.kanyang buhay sa isang ordinaryong paraan

At upang maisakatuparan ang isang bagay na kapaki-
pakinabang na hindi pa nagagawa ninuman noon, isang
bagay na hahanga sa mundo

At upang ipakita na ang malikhain at makabagong banal
na elemento ay gumagana sa pamamagitan at sa
pamamagitan niya

Dapat ay may matibay na determinasyon at
paninindigan ang isang tao na tahakin ang landas ng buhay
nang hindi hinahayaang maging hadlang ang mga iniisip
.tungkol sa pagkabigo at mga nakaraang pagkakamali
Maaaring madilim ang buhay, maaaring dumating ang
mga kahirapan at maaaring mawala ang mga pagkakataon
nang hindi nasasamantala, ngunit hindi dapat sabihin ng
disipulo sa kanyang sarili, "Pinabayaan na ako ng Diyos at
"ang aking kapalaran ay nakatatak na
Sino ang makapagbibigay ng tulong sa isang taong
?tulad nito

Maaaring tanggihan siya ng pamilya ng isang tao,
maaaring iwanan siya ng suwerte – ayon sa kanyang
pananaw – at maaaring magsabwatan ang mga puwersa ng
tao at kalikasan laban sa kanya, ngunit kaya niya, sa
pamamagitan ng biyaya ng Diyos at ng diwa ng
pagkamalikhain sa loob niya, na itaboy ang lahat ng

sumasalungat na pag-atake at magmartsa nang
.matagumpay patungo sa paraiso ng tunay na tagumpay
Kahit na matalo ka pa nang isang daang beses,
magpasiya kang malalampasan mo ang mga paghihirap at
.makukuha mo ang korona ng kaluwalhatian
Ang pagkadismaya ay hindi panghabang-buhay, at ang
pagkadismaya ay pansamantalang pagsubok lamang
Nais ng Diyos na tayo ay maging matagumpay sa buhay
at ipakita ang buong kapangyarihan sa loob natin, upang
matagumpay nating magampanan ang ating sukdulang
.tungkulin sa entablado ng buhay

Sa Impiyerno kasama ang isang Sage
Noong unang panahon, may isang debotong asetiko na
naninirahan sa pampang ng isang pinagpalang ilog. Ginugol
niya ang maraming taon ng kanyang buhay sa malalim na
pagmumuni-muni, ngunit sa kasamaang palad, ang kanyang
mga pagsisikap ay hindi naging mabunga, at hindi siya
nagalak sa pag-aani ng masaganang ani ng kapayapaan, sa
kabila ng kanyang mga pagsisikap na hanapin at siyasatin
ang mga lihim ng buhay at ang mga pinagmumulan ng
.kaligayahan

Bagama't ang aming kaibigan ay palaging
napapalibutan ng isang makalangit na kapaligiran sa mga
tuntunin ng magagandang tanawin, mabubuting kaluluwa,
mahahalagang libro, at mga pinagpalang bilog ng pag-
alaala, ang kanyang isipan ay patuloy pa ring nag-iisip ng
mga pinakaangkop na paraan upang pagnakawan ang mga
.tao at saktan sila

Ang pag-iisip na iyon ay lampas sa kanyang kontrol at
tila nagmula sa mga sinaunang karmic na sanhi. Habang
mas sinusubukan niyang alisin ang mga hindi kanais-nais na
kaisipang iyon, lalo itong sumalakay sa kanyang isipan,
ginugulo ang kanyang kapayapaan at inaalis ang kanyang
.katahimikan

Sa wakas, ipinangako niya sa kanyang sarili, na sinasabing: "Patuloy akong mananalangin at magsusumamo, at hindi ako titigil hangga't hindi ako lumalaya mula sa mga nakakagambalang kaisipan ito na sumasaksak sa gilid ng "aking kapayapaan habang nagmumuni-muni ako Lumipas ang isang oras, pagkatapos ay dalawa, at ang masasamang kaisipan ay pumasok sa kanyang isipan na parang bagyo, tinatamaan ang istruktura ng kanyang .pagmumuni-muni at marahas itong niyanig

Sa wakas, pagkatapos ng tatlong oras ng masipag na pagsisikap, ang mga nakakabagabag na kaisipan ay biglang naglaho sa kanyang isipan, at sa kanilang lugar, nakita niya sa isang magandang pangitain ang isang santo ng Diyos na .nakatayo sa laman at dugo sa harap niya Ang nagliliwanag na santo ay hindi lamang lumitaw na buhay kundi nagsalita rin nang may lubos na pagmamahal, :na nagsasabing

Anak ko, sa iyong nakaraang pagkakatawang-tao, ikaw"

ay isang propesyonal na magnanakaw na walang ibang inaalala kundi ang manghuli ng iba at nakawin ang kanilang mga ari-arian. Ngunit ilang sandali bago ka mamatay, nagising ang iyong konsensya at nagpasya kang itama ang iyong sarili at ipinangako sa iyong sarili na babaguhin mo ang iyong kahiya-hiyang pag-uugali at susundin ang landas ng kabutihan. Dahil dito, ipinanganak ka sa buhay na ito na may matibay na espirituwal na determinasyon na maging isang mabuting tao, ngunit gayunpaman ay nagdala ka rin ng masasamang kaisipan na siyang sentro ng iyong buhay ".sa iyong nakaraang pagkakatawang-tao

Nakakalungkot, anak ko, na nabubuhay ka sa mga"

pinagpalang panahong ito, napapaligiran ng mabubuting kaibigan, mga bilog ng pag-alaala at pagmumuni-muni, ngunit sa kabila ng lahat ng iyon, nabubuhay ka sa isang impyerno ng sikolohikal na pagkabalisa at mapanira, ".magulong mga kaisipan

Pagkatapos ng ilang sandaling katahimikan,
:ipinagpatuloy ng tagapag-alaga ang kanyang pananalita
Samakatuwid, ayon sa pangkalahatang batas, at dahil"
hindi mo ginawa ang iyong makakaya upang samantalahin
ang mga espirituwal na pagkakataong makukuha mo sa
pagkakatawang-tao na ito, maliban kung dodoblehin mo ang
iyong mga pagsisikap sa pagmumuni-muni ngayon, sa oras
ng kamatayan ay kailangan mong pumili sa pagitan ng
:dalawang bagay

Mamuhay sa langit kasama ang sampung hangal o"
mamuhay sa impyerno kasama ang isang matalinong tao,
"?alin ang pipiliin mo

:Walang pag-aalinlangang sumagot ang disipulo
O kaibigan ng Diyos, mas gusto kong tumira sa"
impyerno kasama ang isang matalinong tao dahil alam ko
mula sa sarili kong karanasan na sampung hangal ang
gumagawa ng impyerno mula sa paraiso, habang naniniwala
ako sa aking puso at alam kong sigurado na kung
makakasama ko ang isang matalinong tao, kahit sa ilalim ng
mundong impyerno ay tutulungan niya akong gawing
".paraiso ang impyerno
Kalayaan sa kapritso

Marami ang nag-iisip na dapat silang kumain ng tatlong
beses na karne sa isang araw, habang ang iba naman ay
kumbinsido na dapat lamang silang kumain ng mga gulay at
mani at magkakasakit sila kung babaguhin nila nang kaunti
!ang kanilang diyeta

Ang ganitong mga paniniwala ay isang uri ng
pagkaalipin. Hindi dapat hayaan ng isang tao na hadlangan
siya ng alinman sa mga nakagawian sa buhay, sa halip ay
magkaroon ng kakayahang baguhin ang kanyang mga gawi
ayon sa ipinahihiwatig ng karunungan at kung ano ang
.idinidikta ng tama

Dapat tayong matutong mamuhay nang matuwid, gamit
ang kapangyarihan ng malayang pagpili, hinihimok at
ginagabayan ng matibay na kaalaman
Dapat makatulog ang isang tao sa malambot na kutson
isang gabi, at sa sahig naman sa susunod na gabi, nang may
.parehong ginhawa

Ang kahanga-hangang pagtakas mula sa mga hadlang
ng nakasanayan ay ang kalayaang hinihiling ng matatalino

Naniniwala ang ilang tao na ang kalayaan ay ang
paggawa ng anumang nais gawin ng isang tao, at ito ang
.tinatawag kong kalayaan sa kapritso at pagnanasa

Dahil sa maling paniniwala tungkol sa tunay na
katangian ng kalayaan, ginagawa ng ilang magulang na
alipin ng mga nakagawian ang kanilang mga anak sa
pamamagitan ng pagsunod sa kanilang mga pagnanasa
nang walang pag-unawa

Batay dito, lumalaki ang bata na naniniwala na hangga't
natutupad ang kanyang mga hangarin, mananatili siyang
masaya at ang layunin ng buhay ay ang masiyahan ang mga
.pagnanasa

Ngunit kalaunan ay napagtanto niya na siya ay
nalinlang. Ang mundo sa labas ng tahanan ay ibang-iba sa
.kanyang nakita at nakasanayan sa loob ng tahanan
Hindi madaling tugunan ang bawat kapritso sa buhay!

Maaaring itulak siya ng iba sa kanilang mabilis na
pagpupursige na makuha ang kanyang gusto, at siya naman
ay nagiging takot at matigas ang puso upang matupad ang
kanyang mga hangarin at makamit ang kanyang mga
pagnanasa, naniniwala na ang pagtupad sa mga pisikal na
pagnanasa ang siyang pangunahing layunin ng tao, natitiyak
.na ang mundong ito ang lahat sa lahat

Dapat bigyan ng mga magulang ang kanilang mga anak
ng matibay na kalooban at mahusay na pagpapasya upang
sila ay makapaglakbay sa mundo nang hindi
.naiimpluwensyahan ng masasamang gawi nito

Pinupuri at pinasasalamatan natin ang Diyos para sa
bawat bagong taon at para sa mga pag-asa at pangako ng
.katuparan na hatid nito sa atin
Walang mas hihigit pang kapangyarihan kaysa sa taos-
puso at taos-pusong pagsusumamo upang kumonekta sa
Diyos, upang magdulot ng mga kahanga-hangang
pagbabago sa buhay ng mga indibidwal at sa mga kalagayan
ng mundo, at upang makamit ang kapayapaan at kapatiran
.ng tao

Dalangin namin sa Diyos na ang mga taos-pusong
panalangin, matayog na pananaw, at lumalagong kaalaman
ay maging isang pinagpalang espirituwal na puwersa na
.magdudulot ng tunay na pagbabago sa mundo

Pagpalain Mo kami, O Panginoon, upang magabayan
kami ng Iyong liwanag at mga lamparang nagbibigay-
liwanag sa mga landas, at upang magising namin ang Iyong
pagmamahal sa aming mga puso at puso ng iba, at magdala
ng mga sulo ng buhay na liwanag at gamitin ang aming mga
talento sa mga bagay na nakalulugod sa Iyo at sa mga
.bagay na kapaki-pakinabang sa mga tao

Tulungan Mo kaming gumawa ng mga daluyan kung
saan ang Iyong kosmikong enerhiya at gabay na liwanag ay
maaaring dumaloy upang tulungan ang iba at maibsan ang
kanilang paghihirap at pagdurusa, dahil salamat sa Iyo,
mayroon kaming kapangyarihang tulungan ang
.sangkatauhan at ang aming sarili

Tayo ay pinagpala upang tayo ay makadama ng
empatiya sa mga nagdurusa
Ipinamamahagi namin ang mga magagandang ideya at
intensyon sa buong mundo

Nawa'y maging isang karanasan ang kapayapaan at
kapatiran

Mula sa mga kasabihan ng gurong si Paramhansa

Yogananda

Nagrereklamo ang mga tao tungkol sa ideya ng pagsuko sa ilang mga bagay sa buhay, kahit na sa katotohanan ay maraming mahahalagang bagay ang isinusuko nila, isa na rito ang kapayapaan ng isip, at kung minsan ay isinasakripisyo pa nila ang kanilang sarili para sa pera, na .maaaring mapinsala at mawala

Isuko ang inyong mga sarili sa Diyos at matutuklasan ninyo na ang inyong buhay ay naging parang isang magandang ritmikong himig

Ituon ang iyong atensyon mula sa mundong ito patungo sa malawak na kaharian ng Diyos na nasa loob mo

Sa barko ng katahimikan, maaari kang maglayag patungo sa mundong lampas sa ating mga pangarap kung saan ang banal na bukal ay dumadaloy nang walang tigil .mula sa kaibuturan ng puso at kaluluwa

Panginoon, tulungan Mo akong gampanan ang aking bahagi sa buhay sa paraang ikalulugod Mo, mahina man ako o malakas, may sakit o malusog, sikat o hindi, mayaman o mahirap, dahil alam Mong mahal Mo ako at hindi Mo ako .pababayaang kailanman

Ang kayamanan ay maaaring kunin mula sa isang tao, o maaari rin silang kunin mula rito, sa kanilang paglisan sa mundong ito, at hindi nila ito madadala. Ang tunay na halaga nito ay nakasalalay sa paggastos nito sa mga kapaki-pakinabang na gawain at sa pagdadala ng kaligayahan sa sarili at sa iba sa paraang nakalulugod sa Diyos at sa .konsensya ng isang tao

Ang mga taong iniisip lamang ang sarili nilang seguridad at ginhawa, nalilimutan o binabalewala ang mga pangangailangan ng iba, sa katotohanan ay nanliligaw sa kahirapan na darating sa kanila balang araw. Ang mga taong kumakapit sa kanilang kayamanan sa halip na gamitin ito sa mabubuting gawa ay hindi nagdadala ng kasaganaan sa kanilang buhay kabilang buhay; sila ay ipinanganak na mahirap, taglay ang mga pagnanasa at pagnanasa ng mayayaman. Ngunit ang mga taong nagbabahagi ng kanilang kasaganaan sa iba ay umaakit ng kabutihan at .kasaganaan saanman sila magpunta

Kapag kusang-loob kang nagbigay sa mga karapat-dapat, matutuklasan mo na ang Diyos ay laging kasama mo at hindi ka niya iiwan at wala kang kakailanganin. Hindi natin dapat kalimutan na ang ating buhay ay direktang sinusuportahan ng Diyos at kapag napagtanto natin na ang ating mga isipan, kalooban, at mga gawain ay nakasalalay lahat sa Diyos at kumukuha ng lakas mula sa Kanya, makakatanggap tayo ng direktang patnubay mula sa Kanya at matatanto natin na ang ating buhay ay kaisa ng Kanyang .walang hanggang buhay

Ang meditasyon ay nagbibigay ng patunay ng pagkakaroon ng Diyos. Kapag ang mga alon ng pandama ay naalis na sa lawa ng isipan, ang banal na kaligayahan ay bumubukal mula sa kaluluwa. Ang kaligayahang ito ay .umiiral na sa loob ng kaluluwa, ngunit ito ay natatakpan O, Panginoon Gagamitin ko ang aking lakas ng loob at talino upang maisakatuparan muna ang maliliit na bagay at .pagkatapos ay lilipat ako sa mas malalaking tagumpay Kahit na makamit ang lahat ng materyal na ambisyon, nagbibigay lamang ito ng hindi kumpletong kaligayahan — at sa pamamagitan ng paghahanap sa Diyos, matutuklasan ko ang hindi mauubos na imbakan ng kagalakan. At hindi ito

tumitigil sa pag-agos at pagtakbo sa mga hardin at mga
.luntiang parang ng kaluluwa

Bahay: Victory Square

Kung ang isang tao ay gumugugol ng kanyang buhay sa
paghahabol sa isang kilig pagkatapos ng isa pa, hindi niya
kailanman mararanasan ang tunay na kaligayahan. Dapat
siyang mamuhay nang simple at harapin ang buhay nang
may kagaanan. Maipapayo sa isang tao na gumugol ng oras
nang mag-isa, pagninilay-nilay sa kanyang sariling mga kilos
paminsan-minsan, at pagsasanay ng panloob na
kapayapaan, na nagdudulot ng paggaling, pagpapabata, at
.panibagong lakas

Kung ang mga pang-abala ay palaging naroroon at ang
iba pang mga stimuli ay sumasalakay sa mga pandama, ang
mga nerbiyos ay magdurusa bilang resulta, malaking halaga
ng mahalagang enerhiya ang masasayang, at ang kaluluwa
ay makakaramdam ng tensyon at pagkabalisa. Bukod pa
rito, hindi dapat labis na mag-alala sa pagwawasto ng iba; sa
.halip, dapat iwasto ang sarili bago subukang iwasto ang iba

Dapat malaman ng lahat na ang tahanan ang
pinakamalaking larangan ng digmaan. Ang isang taong
parang anghel sa kanyang tahanan ay magiging anghel din
.kahit saan

Ang tamis ng tinig at ang kapayapaang ipinahihiwatig
ng marangal na pag-uugali ay higit na kailangan sa tahanan
kaysa saanman

Kung paanong ang kadiliman ay hindi maaaring manatili
kung saan sumisikat ang liwanag, gayundin ang kadiliman
ng sakit ay dapat maglaho kapag ang liwanag ng Diyos ay
sumisikat sa mga selula ng katawan, at kakaunti ang
.nakakaalam ng katotohanang ito

Kapag ang mga tao ay nakakaramdam ng matinding
pagnanais na gumaling, sila ay nananalangin nang may
pusong nababagabag O may pakiramdam ng kawalan ng
pag-asa, na inaakala na hindi pakikilingan ng Diyos ang

kanilang mga panalangin O nananalangin sila ngunit hindi
naghihintay Upang malaman nila kung ang kanilang mga
.panalangin ay nakarating na sa Diyos
Kung paanong hindi maaaring makinig sa musikang
ipinapalabas sa himpapawid gamit ang isang may sira na
receiver, hindi rin maaaring makuha ng isang tao ang mga
bibrasyon ng kalusugan, lakas, at karunungan na
nagmumula sa Diyos gamit ang isang aparatong saykiko na
hindi gumagana nang maayos dahil sa mga takot, pag-
aalala, at lahat ng uri ng pagkabalisa, pagdududa, at
.kawalan ng katiyakan

Panginoon, alalahanin at pasalamat na Ka namin sa oras
ng pangangailangan at kasaganaan, sa sakit at kalusugan,
sa dilim at liwanag, at sa lahat ng pagkakataon. Alalahanin
namin nang may pasasalamat ang mga araw ng kagalingan
na ipinagkaloob Mo sa amin. Tulungan Mo kaming buksan
ang mga mata ng pananampalataya upang makita namin
ang Iyong pinagpalang liwanag, na nagpapagaling sa lahat
.ng karamdaman

Ako ang kapitan ng aking barko ng mabubuting
kaisipan, ang aking mabuting kalooban, at ang aking
mabunga at kapaki-pakinabang na gawain. Ako ang
magpapatnubay sa barko ng aking buhay, na laging
nakatuon ang aking mga mata sa nagniningning na planeta
ng kapayapaan sa kalangitan ng aking malalim na
.pagmumuni-muni

Gagamitin ko ang aking mga kasanayan sa malikhaing
pag-iisip upang magtagumpay sa lahat ng aking ginagawa.
Tutulungan ako ng Diyos kung susubukan ko ring tulungan
.ang aking sarili

Ngayon ay aararin ko ang hardin ng buhay nang may
panibagong pagsisikap at itatanim ito ng mga buto ng
karunungan, kalusugan, kasiyahan, at kaligayahan. Didiligan
ko ang mga buto nang may pananampalataya at tiwala sa
sarili, at hihintayin ko ang biyaya ng Makapangyarihan

upang bigyan ako ng makatarungang ani. Kahit na hindi ko
anihin ang inaasahang ani, mananatili akong
nagpapasalamat at nagpapasalamat sa kapayapaan ng isip
.na nagmumula sa pagsisikap na gawin ang aking makakaya
Magpapasalamat ako sa Diyos na kaya kong patuloy na
sumubok hanggang sa magtagumpay, sa pamamagitan ng
Kanyang biyaya. At magpapasalamat ako sa Kanya kapag
nakamit ko ang pinakadakilang hangarin ng aking puso.
Sisikapin kong gumawa lamang ng mga marangal at
karapat-dapat na gawain, na hinahangad ang kaluguran ng
.Diyos

Ang mundo ay puno ng mga natural at pantaong bagyo,
at ang Diyos ang matibay na kalasag at ligtas na kanlungan
mula sa mga bagyo, unos, at kasamaan ng mundong ito.
Saanman naroon ang Diyos, walang takot o kalungkutan.
Ang tunay na mananampalataya ay matatag at may
pagmamalaki sa laban ng buhay at sa pakikibaka ng mga
pangyayari, tiyak na ang Diyos ay kasama niya,
pinoprotektahan siya mula sa kapahamakan at hindi siya
kailanman iniwan kahit isang sandali. Kaya, ang takot ay
naglalaho sa kanyang puso at ang katiyakan ay nananatili,
.isang proteksyon na hindi maaaring ipataw

Ang hindi pagkatakot ay nangangahulugan ng
pagkakaroon ng pananampalataya sa Diyos at sa Kanyang
proteksyon, at pagkakaroon ng pananampalataya sa
Kanyang katarungan, karunungan, awa, pag-ibig, at pagiging
.nasa lahat ng dako

Ang takot ay nag-aalis ng sikolohikal na lakas ng isang
tao, nagpapalabo sa kanilang isipan, at nagpapahina sa
natural na ritmo ng puso. Bukod pa rito, ang takot ay
maaaring magdulot ng mga pisikal na kaguluhan at mga
sakit na sikolohikal. Sa halip na magpadala sa pagkabalisa at
sikolohikal na pagkakakulong, dapat tiyakin ng isang tao sa
kanyang sarili na siya ay ligtas sa pangangalaga ng Diyos,

ang Nakakakita sa Lahat, ang Nakakaranig sa Lahat, ligtas sa Kanyang di-magagaping kuta, at napapaligiran ng Kanyang .awa at pangangalaga

Maging sa gubat ng Africa, sa larangan ng digmaan, nagdurusa sa sakit o kahirapan, dapat kumbinsihin ang sarili na ang kamay ng Diyos ay mas malakas kaysa sa anumang panganib at may kakayahang protektahan ang mga taong humihingi ng kanlungan sa Kanya. Wala nang mas epektibong paraan ng proteksyon. Siyempre, dapat gumamit ng pangangatwiran sa pagharap sa mga pangyayari habang kasabay nito ay may ganap na pananampalataya sa banal na tulong. Ang pananampalataya ay hindi kailanman nangangahulugan ng pagiging pabaya o pagkilos nang hindi matalino sa harap ng kahirapan. Sa halip, anuman ang mangyari, dapat tiyakin ng isa sa sarili na ang Diyos lamang ang may kakayahang tumulong sa mahirap at mahihirap na sitwasyon kung ang isa ay babaling sa Kanya nang buong .puso, kaluluwa, at pandama

Kapag ang mga kahirapan ay dumating na parang isang avalanche, hindi natin dapat hayaang maparalisa nito ang ating kalooban o malabo ang ating malinaw na pananaw at matalino at lohikal na pamamaraan. Sa halip, dapat nating panatilihin ang ating pananampalataya sa Diyos at ang ating likas na pakiramdam ng tama at mali, at magsikap na makahanap ng paraan palabas. Sa tulong ng Diyos, matatagpuan natin ito. Sa huli, bubuti ang mga bagay-bagay dahil ang kapangyarihan at mga kababalaghan ng Diyos ay nakatago sa likod ng mga kontradiksyon ng buhay ng tao. Ang mga hindi tumatanggap sa hindi maiiwasang mga pangyayari at sa halip ay sumusubok na tumagos sa kabila ng tabing gamit ang kanilang talino at pananampalataya ay makakatuklas na ang pinto ay bukas para sa kanila—isang .pinto na kinakatok ng bawat kamay na naniniwala

Ang buhay ay nababalot ng kadiliman, at kung minsan ay natitisod at nag-aalangan tayong sumulong. Dapat nating hayaang ang liwanag ng Diyos ang maging gabay nating lampara habang tayo ay naglalakad sa madilim na landas ng buhay. Ang Diyos ang kabilugan ng buwan sa mga gabi ng kamangmangan at kadiliman, ang araw ng ningning sa mga oras ng paggising, ang tanglaw ng patnubay, at ang gabay na bituin para sa mga tumatawid sa mga karagatan ng .makalupang at panandaliang pag-iral

Mananatili ang mga problema sa mundo, kaya saan makakahingi ng gabay at direksyon ang isang tao? Ang mga iniisip ng isang tao, na naimpluwensyahan ng mga gawi, pagtatangi, pagkiling, at panatismo, ay walang silbi, at ang mga impluwensya ng kanyang kapaligiran, pamilya, bansa, o mundo ay hindi kayang magbigay ng tunay na gabay. Samakatuwid, dapat bumaling ang isang tao sa Diyos at makinig sa mahinahon at payapang tinig na nagmumula sa kaibuturan ng kaluluwa, isang tinig na naaayon sa .katotohanan

Ang pagkakaiba sa pagitan ng mental na pagmumuni-muni at espirituwal na pagninilay-nilay

Kung pinoprograma ng isang tao ang kanilang sarili gamit ang kaalamang teoretikal, sila ay nagiging parang isang naglalakad na tagapagtala, na inuulit ang mga kawikaan at matatayog na parirala, at itinuturing ng iba na ito ay matalino at maalam. Ngunit ang ganitong kaalaman ay hindi pinatitibay ng direktang pagdama sa katotohanan, ni hindi ito natutumbasan ng espirituwal na tagumpay. Ang ganitong uri ng intelektuwalisasyon o intelektuwalisasyon ay nagpapanatili sa "sarili" na nakatali sa pandama na isip, na limitado rin ng mga pisikal na pandama. Ang kaalamang teoretikal ay hindi maaaring makakuha ng banal na kaalaman, at ipinapayong huwag sayangin ang mahalagang

oras ng isang tao sa mga teoryang hindi maaaring mailapat sa realidad, dahil baka matagpuan niya ang kanyang sarili na nawawala sa isang masukal na kagubatan ng intelektwal, .na hindi kayang malampasan ang larangan ng teorya

Ang prosesong ito ay hindi hahantong sa pag-alam sa katotohanan dahil ang katotohanan ay lampas sa mga opinyon at teorya, at marami sa mga sumusunod sa pamamaraang ito ay nabibigatan ng kanilang sariling mga .subhetibong konklusyon

Kung gagamitin ng isang tao ang kanyang kakayahang pangkaisipan para lamang sa pagkakaroon ng pera at materyal na mga ari-arian, ang kanyang kamalayan ay mahihila sa materyal na mundo at masasangkot sa walang katapusang kasalimuotan. Samakatuwid, sinasabi ng mga matatalinong tao na hindi dapat ilaan ng isang tao ang lahat ng kakayahang pangkaisipan na ipinagkaloob sa kanya ng Diyos sa paghahangad ng mga panandaliang bagay, dahil baka mawala sila sa labirinto ng materyalismo at lumikha ng mga hindi kinakailangang limitasyon at hadlang para sa kanilang sarili. Sa halip, dapat nilang gamitin ang kanilang kakayahang pangkaisipan upang makamit ang mga pangangailangan sa buhay at sikaping paunlarin ang kanilang mga kakayahang moral upang makilala ang tama at mali, at ang nakakapinsala at kapaki-pakinabang. Kapag nililintang nila ang kanilang espirituwal na pananaw, mararamdaman nila ang Diyos sa kanilang sarili at matutukoy ang mga espirituwal na katotohanan na nakatago sa likod ng makakapal na belo ng materyalismo. Ang .estadong ito ay tinatawag na espirituwal na pagninilay-nilay

Anuman ang ating mga alalahanin, ang Diyos ang dapat laging unahin sa ating buhay. Isa sa pinakamahalagang elemento ng espirituwal na paglago ay ang patuloy at taospusong koneksyon sa Diyos, kung saan personal mong

masasaksihan ang isang kahanga-hanga at positibong
.pagbabago na lubos na hahanga sa iyo

Kapag ang isang tao ay gustong manood ng palabas, o
bumili ng bagong damit o bagong kotse, hindi ba't totoo na
ang kanilang isipan ay laging abala? Tungkol sa mga bagay
na iyon at kung paano makamit o makamit ang mga ito?
Hindi siya titigil hangga't hindi niya natutupad ang kanyang
mga hangarin, at patuloy siyang magsusumikap nang
.walang pagod upang makamit ang mga hangaring iyon

Kaya naman, ang isip ng tao ay dapat na maging abala
sa pag-iisip tungkol sa Diyos. At pagkatapos, lahat ng mas
maliliit at mas maliliit na pagnanasa ay mababago tungo sa
isang matinding pagnanais na madama ang Diyos at
.makipag-ugnayan sa Kanya

Kapag ang isip ay bumubulong sa Diyos ng isang taos-
puso at maalab na bulong na nagmumula sa kaibuturan ng
isang nananabik na kaluluwa

Ang tawag ng kaluluwa ay hahawak sa kosmikong puso,
at ang sagot ay darating, na may dalang malaking
.kagalakan

Ang intelektuwal na pagbulong ay nagpapaunlad ng
lakas ng loob, hanggang sa magkaroon ka ng sapat na lakas
.upang makamit ang ninanais na layunin

Kapag ang isip at kalooban ng isang tao ay naaayon sa
Diyos, sila ay binibigyan ng walang hanggang
kapangyarihan, kaya ang pag-iisip lamang tungkol sa isang
bagay ay sapat na upang maisakatuparan ito, dahil ang
banal na batas ay gumagana pabor sa mga taong naaayon
.sa kataas-taasang kalooban

Ang lahat ng kahanga-hangang tagumpay sa aking
buhay ay nakamit sa pamamagitan ng kapangyarihan ng

isang isip na naaayon sa Diyos. Kapag tumatakbo ang banal na generator, lahat ng aking ninanais ay nagkakatatotoo nang walang pagbubukod, unang nagkakahugis bilang isang dinakikita, mala-langit na disenyo at pagkatapos ay nagpapakita nang may hindi mapaglabanan na puwersa sa .katotohanan

Ang sikreto ng paglago

Lumalago tayo sa bawat karanasang ating pinagdadaanan, basta't nauunawaan natin na may matututunan tayong mahahalagang aral mula rito. Sapagkat ang bawat sakit at pagdurusa na ating nararanasan ay may .kahulugan at layunin

Sa kabila ng kalupitan ng mga pagsubok, ang mga ito ay parang apoy na tumutunaw sa bakal na mineral, binabago ito tungo sa maganda, matibay, at maraming gamit na bakal. Ang karunungan nalilikha natin sa pamamagitan ng nagliliyab na apoy ng karanasan ay tunay na kahanga-hanga. Dinadalisay tayo ng buhay, binabago ang ating mga mababang kalikasan tungo sa mahahalagang elemento, na nagpapahintulot sa atin na mamuhay kasama ang mga kaluluwang kasingdalisyay ng mga hiyas, kasinglakas ng bakal, ngunit nababaluktot at matatag, yumuyuko nang hindi nababasag sa ilalim ng mga presyon .ng kahirapan at paghihirap

Kapag nakakakita tayo ng mga mukhang napinsala ng galit, na may pilat ng kalupitan, ang kanilang paningin ay nagpapanabik sa atin na alisin ang kapangitan sa ating sariling kaluluwa—isang kaluluwang hindi naaapektuhan ng anuman maliban sa masasamang intensyon at malalim na mga sama ng loob na nagtatakip sa pinagpalang banal na imahe sa loob natin, tulad ng uling na sumisira sa salamin. Ang masasakit na kilos ng iba ay dapat pumukaw sa atin ng pagnanais na mapabuti ang ating sariling pag-uugali at

kontrolin ang ating sarili, upang tayo ay maging mga panginoon ng ating magulong mga pagnanasa, hindi alipin .ng mga ito

Ang mabubuting salita ay isang kamangha-manghang lunas para sa maraming karamdaman, nagtataglay ng isang malakas, halos mahiwagang, magnetikong puwersa na nagdudulot ng masaganang pagpapala at kasaganaan sa kanilang nagsasalita. Ang mga gumagamit ng nakapapawing-pagod at banayad na mga salita ay nakakaramdam ng banayad na daloy ng tubig sa kanila nang walang pagkaantala, na napupuno sila ng kasaganaan ng katahimikan. Ito ay dahil ang daloy na iyon ay konektado sa mas mataas na pinagmumulan nito, na patuloy na dumadaloy at patuloy na umaabot sa mga kaluluwang naaayon dito. Pagkatapos ay maipapasa nila ang daloy ng kaligayahang ito sa mga kaluluwang naghahangad ng .kapayapaan

Araw-araw, ang isang tao ay tumitingin sa salamin upang makita ang kanyang mukha dahil gusto nilang magmukhang pinakamaganda sa iba. Gaano pa kaya kahalaga para sa kanila na araw-araw na harapin ang kanilang sarili at tunitig sa salamin ng panloob na pagsusuri upang matuklasan kung ano ang nasa ilalim ng kumikinang na ibabaw! Sapagkat ang lahat ng panlabas na kaakit-akit ay nagmumula sa panloob na sarili. At walang anumang bagay na nagpaparumi sa dalisay na salamin ng kaluluwa tulad ng mga sikolohikal na pagbaluktot tulad ng galit, hinanakit, inggit, at poot. Sinumang magsisikap na palayain ang kanilang sarili mula sa mga compound na ito, na dayuhan sa kalikasan ng espiritu, ay hahayaan ang liwanag ng panloob .na kagandahan na sumikat mula sa loob

Sa pamamagitan ng pagsusuri, natutuklasan natin na ang mga problema ng tao ay may tatlong bahagi: may mga

problema at karamdaman na umaatake sa katawan ng tao, ang iba ay umaatake sa isip, at ang ikatlong kategorya na .humaharang sa mga landas ng kaluluwa

Ang sakit, katandaan, at kamatayan ay ang mga kahirapan at balakid na kinakaharap ng katawan. Gayunpaman, ang mga sakit na sikolohikal ay sumasalakay sa isip sa pamamagitan ng kalungkutan, takot, galit, mga pinipigilang pagnanasa, sama ng loob, poot, mga emosyonal na obsesyon, matinding pagkabalisa sa nerbiyos, at ang sikolohikal na kanser na nagpaparalisa sa mga kakayahan sa pag-iisip. Gayunpaman, ang pinakamapanganib na sakit ay ang sakit ng kaluluwa, na nakikita sa kamangmangan, kung saan nagmumula at kumakalat ang lahat ng iba pang mga .sakit

Mas marami ang mabuti kaysa sa masama sa mundo

Kapag may mga pagdududang pumapasok, dapat nating alalahanin ang buhay ng mga dakilang tao. Totoo na tayo ay mga tao, ngunit pinagkalooban tayo ng Diyos ng mga pambihirang kapangyarihan na bihira nating gamitin. Kaya bakit tayo manginginig sa takot sa katandaan, sakit, at kalungkutan? Dapat nating gawin ang ating makakaya upang pangalagaan ang ating mga katawan, ngunit hindi tayo dapat magpadala sa takot o ibaon ang ating mga sarili .sa ilalim ng mga tambak ng kamangmangan

Ang katawan ay hindi ang buong pagkatao

Mas makapangyarihan ang kabutihan kaysa sa kasamaan sa mundong ito dahil ang Diyos ang may pinakamataas na kapangyarihan. Ngunit kapag dumarating sa atin ang kasamaan, iniisip natin na wala tayong .kapangyarihang kontrolin ito o takasan ang kamay nito

Tiyak na darating ang mga bagyo ng kasamaan, ngunit
malalampasan natin ang mga epekto nito at malalampasan
.ang mga ito

Hindi tayo binigyan ng buhay upang masira nito, kundi
upang itanim sa atin ang kamalayan sa kawalang-hanggan,
.at dapat nating tandaan ang katotohanang ito

Kung walang kalayaan sa pag-iisip, hindi maipapahayag
ng isang tao ang kanyang sarili sa isang dalisay, kusang-
loob, at natural na paraan. Tandaan na ikaw ay malaya. Ang
.kapangyarihan ng kalooban ay laging malaya

Kung gagamitin mo nang tama ang iyong lakas ng loob,
lilikha ito ng magandang karma para sa iyo, ngunit
karamihan sa mga tao ay ayaw magbago at ayaw magsikap,
kaya't sila ay nabibigo sa harap ng mga kahirapan at hindi
.kayang harapin ang mga hamon

Ang paggawa ng anumang naisin ng isang tao ay hindi
kalayaan, dahil ang mga tao ay nakatali sa kanilang mga
pagnanasa, at samakatuwid ang kanilang mga kilos ay hindi
matatawag na kalayaan. Ang tunay na kalayaan ay
nangangahulugan ng paggawa ng lahat nang may
kagustuhan na ginagabayan ng karunungan. Maaaring
kontrolin ng isang tao ang mga bunga ng kanilang mga
nakaraang kilos, na tiyak na susunod sa kanila, kung
bubuksan niya ang kanilang kagustuhan at gagamitin ito
para sa mabubuti at kapaki-pakinabang na mga gawa. Kung
gagawin mo ang iyong mga kilos nang may katwiran at
determinasyon, ang mga puwersa ng iyong mga nakaraang
maling kilos ay hihina at ang mga gawi na bunga ng iyong
.mabubuting kilos ay lalakas

Palagi nating hinahangad ang mga bagay na wala sa
atin at nagiging interesado tayo sa mga bagay na hindi
mahalaga. Kapag may isang bagay na umani sa atin,

pansamantala nating nawawala ang ating malayang pagpapasya. Tulad ng mga taga-Silangan na inaalipin ng mga sinaunang kaugalian, gayundin ang mga taga-Kanluranin ay inaalipin ng mga makabagong kaugalian. Lumilikha tayo ng ating sariling kapalaran at nagiging bahagi .nito

Bakit may isang batang ipinanganak sa isang masamang pamilya habang ang isa naman ay ipinanganak sa isang mabuting pamilya? Ginamit ng bawat isa sa kanila ang kanilang kalayaan upang mamuhay sa isang partikular na paraan noong nakaraan (sa nakaraang buhay) at sa gayon ay nagdala ng mga pangyayaring iyon sa kanilang .sarili sa buhay na ito

Walang tunay na kalayaan kung wala ang Diyos. Dapat natin Siyang isipin palagi. Anuman ang ating mga alalahanin at iniisip, ang Diyos ang dapat manguna sa ating mga puso, at kapag tayo ay tunay na nakahanay sa Kanya, bibigyan tayo ng kakayahang maisakatuparan ang dapat nating .gawin, anumang oras, sa Kanyang banal na tulong

Payo para sa disipulo

Isa sa mga estudyante ang nagtanong sa gurong si Paramhansa para bigyan siya ng ilang payo para sa pagpapabuti ng sarili, at sinabi niya: Kung gusto mong mahalin ka, magsimula ka sa pamamagitan ng pagmamahal .sa iba na nangangailangan ng iyong pagmamahal

At kung umaasa ka sa iba, maging tapat at matapat ka .sa kanila upang sila ay maging tapat sa iyo

Kung nais mong pigilan ang iba sa pagkilos nang may malisya at tuso, huwag mong hayaang makapasok ang panlilinlang sa iyong sariling mga iniisip, at huwag kumilos .sa paraang makakasama sa iba

Kung gusto mong makiramay ang iba sa iyo, magsimula sa pamamagitan ng pagpapakita ng empatiya sa kanila, lalo .na sa mga nakapaligid sa iyo

Kung gusto mong igalang ka ng iba, dapat kang magpakita ng respeto sa bata at matanda

Kung gusto mo ng kapayapaan mula sa iba, dapat kang mamuhay nang may pagkakaisa

Kung gusto mong maging relihiyoso ang mga tao, maging espirituwal sa kalikasan, at hayaang maramdaman ng iba na isa kang mabuting huwaran at maaari ka nilang .asahan at pagkatiwalaan

Sa madaling salita, lahat ng gusto mong ipakita sa iba. Isa sa mga magagandang katangian ay ang ipakita muna ito sa iyong buhay, at matutuklasan mo na ang mga tao ay .magiging reaksiyon sa iyo sa parehong paraan

Kung matutukoy mo ang mga aspeto sa iyong buhay na nangangailangan ng pagpapabuti nang hindi pinanghihinaan ng loob o nagkakaroon ng inferiority complex, at kung palagi kang nagsisikap na mapabuti ang iyong sariling karakter, ang oras na iyong ginugugol dito ay magiging mas produktibo kaysa sa kung sasayangin mo ang pag-asam na mapabuti rin ng iba ang kanilang sarili. Ang iyong positibong halimbawa at mabuting pag-uugali ay may mas malaking kapangyarihang baguhin ang iba kaysa sa iyong mga .kagustuhan, galit, at mga salita lamang

O Panginoon, Ikaw ang pinagmumulan ng lahat ng kabutihan at ang pinagmulan ng lahat ng kapangyarihan. Pagpalain Mo kami upang maipakita namin ang Iyong mga pagpapala sa amin sa aming kalusugan, sa aming mga mithiing intelektwal, at sa aming mga espirituwal na pagpapahayag. Ikaw ang ningning sa mga bituin, ang

enerhiya sa mga atomo, ang kabaitan sa mga puso, at ang kagandahan sa katotohanan. Tulungan Mo kaming punuin ang aming mga sarili ng Iyong pinakadakilang kapangyarihan, ng Iyong walang hanggang karunungan, at .ng Iyong walang hanggang pagiging tunay

Panginoon, kilalanin mo kami na Ikaw ang bukal ng kalusugan, ang karagatan ng buhay, at ang pinagmumulan ng lahat ng pang-unawa at kaalaman. Palayain mo kami mula sa kamangmangan at mga epekto nito, mula sa mga takot at pag-aalala, at hayaang ang baha ng Iyong karunungan ay tangayin ang lahat ng kalat at dumi sa aming .mga buhay

Punitin Mo, O Panginoon, ang mga lambong na nagtatago ng Iyong mukha mula sa amin. Ipakita Mo sa amin ang Iyong liwanag na napakaliwanag, tulad ng hindi mabilang na mga araw sa abot-tanaw ng aming mga buhay. Damhin Mo sa amin ang Iyong kapangyarihan bilang isang patuloy na nagpapanibagong kapangyarihan na nagbibigay-inspirasyon sa aming mga kaisipan, nagpapalusog sa aming mga kaluluwa, nagpapanatili sa aming mga katawan, at .tumutupad sa aming mga pangarap

Amen

Karamihan sa mga tao ay hindi alam kung bakit. Mula sa kanilang pag-iral sa mundong ito, naniniwala sila na ang layunin ng buhay ay ang katuparan ng mga pagnanasa. Ang pagkamit ng mga pangangailangan sa buhay. Ang paghahanap ng kasiyahan at pag-ibig ng tao, at sa huli ay .ang pagsuko sa huling tumatawag

Nagsisimula ang mga tao sa kanilang buhay bilang mga programmer na may mga partikular na hilig at hangarin na hindi natupad noon. At sinusubukan nila – kahit kakaunti na lang ang natitira nilang malayang kalooban – sa

pamamagitan ng paggaya sa mga hangarin at kilos ng iba,
kung makikisama sila sa mga negosyante, gusto nilang
maging katulad nila, at kung makikisama sila sa mga artista,
.ang sining ang magiging lahat sa kanila

Nais ng Diyos na maging praktikal tayo sa mundong ito.

Binigyan Niya tayo ng gutom na nangangailangan sa atin na
magtrabaho upang masiyahan ito, ngunit ang paghahanap
lamang ng pagkain, tirahan, pera at ari-arian ay
nangangahulugan na nakakalimutan ng tao ang
.pinagmumulan ng kanyang kaligayahan

Totoo na kailangan nating magtrabaho upang makamit
ang ating mga pangangailangan at magsumikap na makamit
ang ating mga lehitimong layunin, ngunit una sa lahat, dapat
nating buksan ang ating mga puso sa Diyos at hanapin ang
Kanyang gabay at pagsang-ayon sa lahat ng ating ginagawa.

Kung gayon, tiyak na magtatagumpay tayo sa paaralan ng
buhay, dahil matatanggap natin ang ating patnubay mula sa
Kataas-taasang Tagapamahala at Tagapagbigay na
nakakaalam kung ano ang ating kailangan at kung ano ang
pinakamabuti para sa atin. Kaya naman, dapat tayong
magtiwala sa Kanya at magpasakop sa Kanyang matalinong
.kalooban

Mula sa mga lektura ng gurong Paramahansa

Kapag ang panloob na kaligayahan ng kaluluwa ay
natatakpan ng isang makapal na patong ng panandaliang
senswal na kasiyahan, ang ginintuang liwanag ng espiritu ay
kumukupas, at ang malinaw na kakayahan ng kaluluwa ay
nakatago sa likod ng densidad ng materya. Kapag ang isip
ng isang tao ay naaakit sa selos at inggit, at nababalot ng
mga ulap ng takot at pag-aalala, siya ay nagiging miserable,
aba, at talunan. Ngunit kapag ang isa ay nagtutuon ng
parehong atensyon sa pag-ibig, kapayapaan, at

pagkakasundo, siya ay nakakaranas ng matinding
.kaligayahan

Nakakaramdam ng kaligayahan ang kaluluwa kapag ito
ay bumabaling mula sa pisikal na mga pagnanasa na may
halong pagdurusa at paghihirap tungo sa mga malinaw na
birtud ng espiritu, na puno ng mga kahanga-hangang
.kasiyahan

Kung ang kaluluwa ay lubusang nalulubog sa
magaspang na makamundong kasiyahan, ito ay nagiging
walang pakialam sa paghahangad ng mas matataas na
kagalakan at hindi na makakaranas ng mga espirituwal na
kasiyahan. Marami ang maaaring magtalo na ang pagtalikod
sa mga materyal na kasiyahan ay halos imposible sa
mundong ito o habang namumuhay kasama ng mga taong
ang mga iniisip ay umiikot lamang sa mga materyal na
bagay. Gayunpaman, hindi kinakailangan sa karaniwang tao
na talikuran ang mundo at umatras sa mga bundok at
kagubatan upang makahanap ng katahimikan at
kapayapaan. Sa halip, dapat silang manatili sa mundong ito
nang hindi hinahayaang tangayin sila ng malalakas na agos
nito, upang hindi sila madaig ng magulong alon ng buhay na
.ito

Ang isang tao ay hindi dapat maging negatibo sa
kanyang kapaligiran, at kasabay nito ay hindi niya dapat
hayaang bulagin ng materyalismo ang kanyang paningin,
dahil baka mawalan siya ng ugnayan sa kanyang espirituwal
na kalikasan at hindi niya matikman ang mga kagalakan ng
.kaligayahan at masaksihan ang mga banal na liwanag
Ang buhay, kasama ang esensya, mga bahagi, at mga
layunin nito, ay isang mahirap unawain ngunit hindi
imposibleng lutasin, at sa pamamagitan ng ating
progresibong pag-iisip, nilulutas natin ang ilan sa mga
.sikreto nito araw-araw

Ang mga kagamitang nakabatay sa tumpak na mga prinsipyong siyentipiko sa panahong ito ay tiyak na kahanga-hanga, at ang mga tuklas na dulot ng agham ay nagbibigay sa atin ng mas malinaw na pananaw sa mga paraan kung paano mapapabuti ang buhay. Ngunit sa kabila ng lahat ng kagamitan, imbensyon, at estratehiya na mayroon tayo, tila tayo ay mga puppet pa rin sa mga kamay ng kapalaran, at mahaba pa ang daan sa hinaharap bago tayo mapalaya .mula sa kontrol ng kalikasan

Tunay nga, ang pamumuhay sa awa ng kalikasan ay hindi kalayaan. Ang ating masigasig na isipan ay nalulula at nagagapos ng kawalan ng kakayahan kapag nararamdaman nating tayo ay biktima ng baha, bagyo, o lindol, o kapag ang mga pangyayari ay umagaw sa atin – nang walang lohikal na dahilan – sa ating mga mahal sa buhay. Pagkatapos ay napagtatanto natin na hindi pa tayo nakakamit ng maraming tagumpay, at hindi pa natin napagtagumpayan ang mga mahirap na pangyayari. Sapagkat sa kabila ng lahat ng ating pagsisikap na gawing buhay ayon sa gusto natin, ang ilang mga pangyayari ay palaging lilitaw sa mundong ito, at mga pangyayaring pinamumunuan ng isang makapangyarihang isipan na kakaunti lang ang ating nalalaman, na ganap na gumagana nang hiwalay sa ating mga opinyon at kalooban. Ang pinakamahusay na magagawa natin ay magtrabaho at .gumawa ng ilang mga pagpapabuti

Nagtatanim tayo ng trigo at gumagawa ng harina, ngunit sino ang lumikha ng unang binhi? Kumakain tayo ng tinapay na gawa sa harina, ngunit sino ang nagbigay sa ating mga katawan ng kakayahang tunawin ito? At paano ?gawing sustansya ang pagkain

Sa bawat sulok ng buhay, tila mayroong isang kailangang-kailangan na banal na kamay. Hindi natin mapamahalaan ang ating mga gawain kung wala ito, at sa

lahat ng ating mga katiyakan, hindi natin alam kung kailan
titigil sa paggana ang puso. Kaya naman kailangan ang
matapang na pag-asa sa kataas-taasang banal na
kapangyarihan at pag-asa sa ating mas mataas na sarili, na
.nagmumula sa makapangyarihan na siyang ating hinuhubog

Dapat tayong magtaglay ng pananampalatayang
walang kapalaluan, at lumakad nang may kumpiyansa sa
.mga landas ng buhay

Walang takot at pangininginig, at walang pagkabalisa at
pagkakulong

Pagharap sa mga allergy

Ang pagdaig sa pagiging sensitibo ay isang maselang
sining, at ang pagkontrol sa bilis ng reaksiyon ng isang tao ay
mahalaga para sa pagbuo ng isang balanse at mahusay na
.personalidad

Ang pagiging sensitibo ay nagmumula sa hindi
pagkakaunawaan, pagiging mababa ang antas ng pagkatao,
.labis na pagmamataas, at labis na ego

Kapag iniisip ng isang tao na nasaktan ang kanilang
damdamin, ang kaisipang iyon ay nag-uugat sa kanilang
isipan, pinupukaw ang kanilang mga nerbiyos, na nagiging
tensiyonado at rebelde. Ang galit ay nag-aalab sa kanilang
puso dahil sa mga nasugatang emosyon. Gayunpaman, may
ilang tao na may kakayahang kontrolin ang kanilang mga
emosyon, kaya ang kanilang mga panlabas na palatandaan
ay hindi lumilitaw sa kabila ng matinding galit sa loob nila.

Ang iba naman ay nagpapahayag ng kanilang galit sa
pamamagitan ng mga agarang reaksiyon, na makikita sa
kanilang mga kalamnan sa mata at ekspresyon ng mukha, at
sa pamamagitan ng matalas at naka-code na mga tugon sa
.salita

Ang labis na emosyonalidad ay may malubhang kahihinatnan; pinapalala nito ang sitwasyon at lumilikha ng hindi kanais-nais na kawalang-tatag na negatibong .nakakaapekto sa iba

Dapat magsikap na magpigil sa sarili at maging mahinahon, upang magkaroon ng kapaligiran ng pagkakaunawaan at pagkakasundo na nagtataguyod ng kapayapaan sa halip na tensyon at nagpapaalis ng usok ng stress. Ang mga gumagawa nito ay magiging mga panginoon ng kanilang sariling kapalaran at gagantimpalaan ng pagpapahalaga at paggalang mula sa mga nakapaligid sa .kanila

Ang labis na pagiging sensitibo ay isang katangiang taglay ng karamihan, at kapag ang hindi makatwirang emosyong ito ay sumiklab, binubulag nito ang kaunawaan at pinalalabo ang mga mata ng karunungan. Ang mas malalapa, ang taong sobrang sensitibo ay naniniwala na sila ay nag-iisip, nakakaramdam, at kumikilos nang perpekto, gayong sa katunayan ang kanilang pag-uugali ay maaaring !ganap na mali

Maraming tao ang naniniwala na dapat nilang kaawaan ang kanilang sarili kapag pinupuna, at ang pagkaawa sa sarili ay nagbibigay sa kanila ng kaunting ginhawa. Ngunit tulad ng mga adik sa droga, habang tumatagal ang kanilang .paggamit, lalong lumalakas ang kanilang adiksiyon

Ang isang taong sensitibo ay kadalasang nagdurusa nang walang kabuluhan. Kadalasan, walang nakakaalam ng sanhi ng kanilang pagkabalisa o uri ng kanilang hinaing, na humahantong sa pagtaas ng dalamhati sa kanilang sariling pagpapabaya. Walang makakamit sa pamamagitan ng tahimik na pag-iisip ng mga nakikitang insulto o kritisismo. Mas mainam na tugunan ang mga ugat ng ganitong

hypersensitivity sa pamamagitan ng obhetibong pagsusuri at
.pagpipigil sa sarili

Ang ganitong uri ng hindi malusog na allergy ay may
malulubhang kahihinatnan; nilalamon nito ang puso na
parang apoy at sinisira ang mga tisyu ng kapayapaan. Kaya,
dapat itong harapin nang matalino, lohikal, at may matatag
.na kalooban

Masipag akong maglingkod sa lahat, ngunit kapag ako'y
nag-iisa para magnilay-nilay, hindi ko hinahayaang may
makagambala sa aking pagmumuni-muni. Maaaring
maghintay ang ibang mga bagay, ngunit ang aking pang-
araw-araw na pakikipag-ugnayan sa Diyos ay hindi dapat
.pabayaang o balewalain

Bago gumawa ng anumang aksyon, huminto sandali at
maingat na pag-isipan ang mga kahihinatnan at ang epekto
nito sa iyong isip, katawan, at kaluluwa. Ang mga kilos na
dulot ng pamimilit ay hindi kalayaan, dahil ang mga kilos na
taliwas sa mga batas ng pagkakaisa at pag-unlad ay
maghihigpit sa indibidwal. Sa kabaligtaran, ang mga kilos na
pinahihintulutan ng pag-unawa at naaayon sa konsensya ng
.isang tao ay banal at nagdudulot ng kalayaan

Kapag nagpasya kang gumawa ng isang bagay na
mabuti, o umiwas sa paggawa ng isang bagay na masama,
at nanindigan ka sa desisyong iyon at kumilos nang
.naaayon, tandaan na marami kang kalayaang mababahagi

Nais ng Diyos na gamitin natin ang kalayaang pumili na
ibinigay sa atin upang hanapin Siya at matagpuan, ngunit
.ayaw Niyang ipilit ang Kanyang sarili sa atin

Ang pagnanais na mapalapit sa Diyos at makilala Siya
ay hindi kusang dumarating, kundi dapat itong buhayin at

pagyamanin. Kung wala ang pagnanais na iyon, ang buhay
.ay walang halaga o lasa

Hayaang gabayan ka ng iyong espirituwal na pananaw
sa iyong pag-iisip at ang tagumpay ay susunod sa iyo saan
ka man magpunta

Sa Diyos ko iniaalay ang aking tinig, mga kamay, mga
paa, puso, katawan, damdamin, kalooban at lahat ng bagay

Ang pag-ibig ang espirituwal na sandata na siyang
tatapos sa lahat ng digmaan

Sa kabila ng mundong ito ay may mga mundong walang
hanggan kung saan muli nating makikilala ang mga taong
.akala natin ay tuluyan nang iniwan

Ang buhay sa mundong ito ay patuloy na nagbabago,
ang kalungkutan ay sumusunod sa kalungkutan, mga ilusyon
sa ibabaw ng mga ilusyon. Ang malikmatang ito na lumilitaw
sa disyerto ng ating kamalayan ay dapat maglaho, at dapat
nating gisingin ang ating tunay na sarili mula sa ilalim ng
.makakapal na belo ng materya

Huwag mong ibatay ang iyong mga pag-asa sa buhay
na ito. Nasaan ang iyong garantiya? Ligtas ka lamang kapag
.nanganganlong ka sa kaalaman ng Diyos

Ang diwa ng kaluluwa ay parang sinaunang ginto na
nakabaon sa ilalim ng lupa. Kapag ang lupa ay inalis mula sa
ginto at hinugasan ng tubig ng pagmumuni-muni, ito ay
muling nagniningning nang may ganap na kadalisayan at
.kalinawan

Panginoon, hayaan Mo kaming makita ang mabuti, mag-
isip ng mabubuting kaisipan, at makihalubilo sa mga taong
may mabuting pagkatao. Tulungan Mo kaming isipin Ka at

pagnilayan Ka, O Ikaw na pinagmumulan ng lahat ng
.katuwiran at pinagmulan ng lahat ng kabutihan

Kalayaan mula sa kahinaan

Ang pinakamahusay na paraan upang malampasan ang
kahinaan ay ang pagtigil sa pag-iisip tungkol dito; kung
hindi, ang ideya ng kahinaan ay tatalo sa iyong kamalayan
at mangibabaw sa iyong panloob na sarili. Kapag dinala
natin ang liwanag sa ating sarili, ang kadiliman ay maglalaho
.na parang hindi ito kailanman umiral

Ang ideyang iyon ay nagbibigay sa akin ng
magagandang inspirasyon

Kapag ang liwanag ay ipinasok sa isang kuweba na
nababalot ng kadiliman sa loob ng libu-libong taon, ang
kadiliman ay agad na naglalaho. Gayundin, ang mga
kahinaan at pagkakamali ay naglalaho kapag hinayaan
nating pumasok ang liwanag ng Diyos sa ating kamalayan,
at ang kadiliman ng kamangmangan ay hindi maaaring
manatili. Ito ang pilosopiyang dapat nating gamitin sa
.pamumuhay

Walang silbi ang pagpapaliban. Ang gulong ng buhay ay
hindi tumitigil sa pag-ikot, at ang mga araw ng ating buhay
ay mabilis na lumilipas. Ang bawat minutong ginugugol natin
sa pag-iisip nang malinaw at pagkilos nang matalino ay
isang matagumpay at kapaki-pakinabang na pamumuhunan
.sa ating kaligayahan

Maraming tao ang gumugugol ng kanilang buong buhay
sa pag-iisip tungkol sa pera, seks, at katanyagan, at bihirang
magtuon sa mga mahahalagang bagay na nagdudulot sa
kanila ng kapayapaan ng isip at nagpapataas ng kanilang
.kamalayan sa mas mataas na antas

Gaano man kababa ang tungkulin ng isang tao,
maituturing siyang matagumpay sa paningin ng Diyos kung
alam niya kung paano gugulin nang matalino ang kanyang
.oras at ituon ang kanyang mga iniisip sa tamang direksyon

Kapag ang liwanag ng Diyos ay sumisikat sa isang tao,
hindi niya nararamdaman na kailangan niya ng anuman
dahil ang kagalakang bumabalot sa kanya ay siyang
tumutupad sa lahat ng kanyang mga pangarap at
nagpaparamdam sa kanya sa kaibuturan na siya ang
pinakamayaman sa lahat ng mayayaman at pinakamasaya
.sa lahat ng maligaya sa buhay na ito

Tunel ng Liwanag

Yaong mga ang espirituwal na kamalayan ay nagising sa
pamamagitan ng naliwanagang mga kaisipan, mabubuting
gawa, mabubuting damdamin, at malalim na pagmumuni-
muni ay maaaring makaramdam ng kanilang pag-alis mula
sa katawan sa huling sandali ng pag-alis sa pamamagitan ng
espirituwal na mata. Sa kanilang paglalakbay sa lupa, ang
yogi ay nagsasagawa ng pagtingin sa lagusan ng espirituwal
na mata sa hangganan sa pagitan ng materya at espiritu, at
sa sandaling umalis sa Daigdig, maaari silang pumasok sa
maliwanag na lagusang ito at lumipat mula sa mundong ito
patungo sa walang hanggang kaharian ng Diyos ng liwanag,
.kagalakan, kapayapaan, at ganap na kalayaan

{Liwanag sa liwanag}

Ang ilawan ng katawan ay ang [espirituwal na] mata

Kung ang iyong mata ay nag-iisa

Kung magkagayo'y mapupuno ng liwanag ang buong
katawan mo

At ang ilaw ay lumiliwanag sa kadiliman, at hindi ito}

{nakikilala ng kadiliman

Ang altruismo ay ang pagdamay sa kalungkutan ng iba,
ang mapalapit sa kanila, ang makipag-usap sa kanila, ang
taos-pusong pagsisikap na aliwin sila sa kanilang kasawian,
ang magalak sa kanilang kagalakan, at ang paggawa ng
ating makakaya upang ilayo sa kanila ang multo ng takot,
.pangangailangan, at pagkabalisa

Ang taong nagtataglay ng diwa ng altruismo ay hindi
kumikilos ayon sa limitadong mga kalkulasyon at inaasahan,
kundi ginagamit ang kanyang pananaw at mahusay na
paghatol at nagpapatuloy sa pagtulong sa kanyang sarili at
sa iba, nagpapasalamat sa Diyos para sa tagumpay na
kanyang nakamit. Kung siya ay mabigo nang minsan o ilang
beses, hindi siya nasisiraan ng loob, bagkus ay nagiging mas
determinado, dinoble ang kanyang mga pagsisikap at inuulit
ang pagtatangka, nagsasaliksik ng mga bagong ideya at
pamamaraan, ginagabayan ng liwanag ng pangangatwiran,
at humihingi ng tulong sa Diyos hanggang sa makamit niya
ang kanyang layunin at maabot ang kanyang marangal na
.layunin

Siya na nagsisikap na mapasaya ang iba ay pinapasaya
ng Diyos na may panloob na pakiramdam ng sikolohikal na
ginhawa. At kung may mawala man siya para sa kapakanan
ng mga taong sinusubukan niyang tulungan, hindi niya ito
itinuturing na kawalan dahil bilang kapalit ay nakakamit niya
ang kasiyahan at kapayapaan ng isip ng Diyos. Nabubuhay
siya upang magmahal, gumawa, magbigay, at maghasik ng
mga binhi ng kabutihan at kapayapaan sa mga bukid ng
.sangkatauhan

Sinumang lumalampas sa kanyang personal na mundo
sa kanyang mga iniisip at damdamin ay nagpapalawak ng
kanyang kamalayan, nagpapataas ng kanyang empatiya, at

nadarama na ang mundo ang kanyang tahanan at ang sangkatauhan ang kanyang pamilya. Napagtanto niya na ang layunin ng kanyang pag-iral sa mundong ito ay ang baguhin ang kanyang sarili bago subukang baguhin ang iba, dahil sinumang magbago ng kanyang sarili ay tumutulong sa iba na baguhin ang kanilang sarili sa pamamagitan ng halimbawa ng kanyang buhay. Ang mga kilos ay may mas malalim na epekto at mas malalim na epekto sa kaluluwa ng .iba kaysa sa mga salita

Maiikling paghinto

:Ang kinang ng katapatan

Sinusubukan ng ilang tao na takasan ang kanilang mga problema sa pamamagitan ng pagngiti, ngunit ang ganitong uri ng pagtakas ay nangangailangan ng dalisay na konsensya, malaya sa pagkukunwari at panlilinlang. Kapag ang isang tao ay nakikitungo nang tapat sa kanilang sarili at sa iba, at kumikilos nang may kadakilaan at integridad, ang kanilang mga mata ay nagiging malinaw, at isang natatanging ningning ang nagmumula sa kanila—ang hindi .mapagkakamalang liwanag ng katapatan

:Katapatan

Maraming sinasabi ang iba sa ngalan ng katapatan, ngunit hindi mo masasabi sa lahat ang lahat. Kapag nagbibigay ka ng payo at gabay, may mga taong hindi nakakaintindi ng iyong mga salita at walang mapapala sa iyong sinasabi; ito ay isang nasayang na pagsisikap at isang hindi pinahahalagahang pagsisikap. Ang katahimikan sa ganitong mga pagkakataon ay ginto, ngunit hindi ito nangangahulugan ng pananatiling tahimik tungkol sa .pagkakamali

:Pagkakaisa sa sarili

Tunay na kahanga-hanga ang pagkakasundo sa sarili.

Alam ng karamihan kung gaano kahirap ang makibagay sa iba, ngunit naisip mo na ba ang makibagay sa iyong sarili?

Napakahirap nito, ngunit posible. Kung susuriin mo ang iyong sarili, matutuklasan mong palagi kang hindi magkasundo. Kung hindi mo mahal ang iyong sarili, wala kang mamahalin na iba. At kung ang isang tao ay hindi nakakasundo sa kanilang sarili, paano sila makakasundo sa iba

Ang pagkakaisa sa sarili ay mahalaga para sa pagkakasundo sa mundo. Kaya naman, mahalagang pahalagahan at mahalin ang iyong sarili, dahil karapat-dapat ka sa pagmamahal na iyon. Dapat mahalin ang sarili dahil nilikha tayo ng Diyos at pinagkalooban ng marangal na potensyal. Ang pagmamahal sa panloob na sarili, ang kakanyang ito na puno ng mga magagandang katangian, ay nagbibigay-inspirasyon sa marangal na pag-uugali at naglilinis ng isip mula sa mga karumihan at ng puso mula sa .malisya at sama ng loob

:Pag-calibrate ng literary compass

Hindi maaaring linlangin ng isang tao ang kanyang konsensya, bigyang-katwiran ang pagkakamali, o takasan ang mga bunga ng maling pag-uugali, kahit pa maglakbay siya sa ibang planeta. Ang mga resulta ng kanyang mga kilos ay kaakibat nito, at dapat niyang itama ang kanyang landas at i-calibrate ang kanyang moral na kompas upang .ang karayom nito ay laging nakaturo sa tamang direksyon

May mga taong nabubuhay sa pinakamasamang kalagayan ngunit lubos na nakikiisa sa kanilang mga sarili, habang ang iba ay mayroon ng lahat ng pagkakataon at lahat ng kailangan nila ngunit patuloy na nakikipaglaban sa kanilang sarili. Kaya, hindi dapat hintaying magbago ang mga pangyayari. Kumbinsihin ang iyong sarili na ayos ka

lang sa kabila ng iyong kapaligiran, na maaaring iba sa iyong
.inaasahan

Sinumang magsuko sa mga pangyayari, maghihintay
siya na magbago ang mga bagay-bagay, at ang kanyang
.paghihintay ay magiging matagal

Sinasabing may isang lalaking matatas sa labingwalong
wika, ngunit siya ay napakahirap kaya't hindi niya kayang
bumili ng lampara para magbasa. Kaya't pupunta siya sa
isang sulok at uupo sa ilalim ng ilaw sa kalye para magbasa.

Tunay nga, ang paghahangad ay lumilikha ng paraan,
lumilikha ng mga pagkakataon, nagpapanibago ng pag-asa,
nakakamit ng mga gawain, at tumutupad sa mga hangarin
.at pangarap

Ang aktwal na komunikasyon sa mga nakakakilala sa
Diyos ay maaaring gawin sa pamamagitan ng personal na
pakikipag-ugnayan sa kanila, mapanuring pagbabasa ng
kanilang mga isinulat, o malalim at palakaibigang
pagninilay-nilay sa kanila. Ang mahalagang puntong dapat
tandaan ay naaayon ito sa kanilang kamalayan, na naaayon
.sa Diyos

Kapag iniayon natin ang ating kamalayan sa mga
dakilang kaluluwang nagmamahal sa Diyos, ang
pagkakasundong ito ay unti-unting nagbabago sa ating
buhay sa isang kamangha-manghang paraan. Ang
pagkakasundong ito ay hindi umaalipin sa kalooban kundi
nagpapalawak ng saklaw nito at nagpapalakas ng
kapangyarihan nito. Ito ang pagkakaiba ng pagiging kasundo
sa mga taong puno ng ego at abala sa kung ano ang maaari
nilang makamit, at ang pagiging kasundo sa mga umiibig sa
Diyos at sangkatauhan na ang layunin ay magbigay at
gisingin ang banal na pag-ibig sa mga kaluluwa ng mga
taong kasundo nila. Ang magnetismo ng mga pinagpalang

indibidwal na ito ay nagdadala sa atin sa malapit na
.pakikipag-ugnayan sa banal na magnetismo

Dapat nating tandaan na habang sinisikap nating
matugunan ang ating sariling mga pangangailangan, dapat
din nating tulungan ang iba na makuha ang kanilang mga
pangangailangan at ibahagi sa mga kapus-palad ang mga
magagandang bagay sa buhay na dumarating sa atin.

Tandaan natin na tayo ay mahalagang bahagi ng
pandaigdigang pamilya at hindi tayo mabubuhay kung wala
.ang malaking pamilyang ito

Ano kaya ang magiging buhay kung wala ang mga
karpintero, imbentor, magsasaka, at iba pa? Sa
pamamagitan ng pagbibigay at pagtanggap, at pagpapalitan
ng mga serbisyo, nais ng Diyos na isipin at makiramay tayo
sa iba. Isang malaking pagkakamali ang mabuhay para
lamang sa sarili nang hindi isinasaalang-alang ang iba.
Kapag iniisip natin ang ating sariling kaligayahan, dapat din
nating isipin ang kaligayahan ng iba. Hindi natin
kinakailangang ibigay ang lahat ng mayroon tayo para sa
kapakanan ng pandaigdigang pamilya, dahil imposible iyon.
Sa halip, dapat tayong makiramay sa iba at gawin ang ating
makakaya upang tulungan sila at pagaanin ang kanilang
.mga pasanin

May ugnayan sa pagitan ng tagumpay at ng kasiyahan
ng kaluluwa, sa konteksto ng kapaligirang ginagalawan ng
.indibidwal

Ang tunay na tagumpay ay bunga ng pag-uugaling
naaayon sa mga prinsipyo ng katuwiran, at kabilang dito ang
kaligayahan at kapakanan ng iba bilang mahalagang bahagi
ng personal na kasiyahan. Sinumang maglalapat ng
prinsipyong ito sa kanilang materyal, mental, moral, at
espirituwal na buhay ay matutuklasang kumpleto at
.komprehensibo ang kahulugan ng tagumpay

Iba-iba ang pananaw ng mga tao tungkol sa tagumpay depende sa kanilang mga layunin sa buhay. Paminsan-minsan, inihahalintulad ito ng ilang tao sa pagnanakaw, na sinasabi ang mga bagay tulad ng, "Isa siyang matagumpay na magnanakaw!" Ipinapakita nito na hindi lahat ng tagumpay ay kanais-nais; ang ating tagumpay ay hindi .dapat makapinsala sa iba

Isa pang kwalipikasyon para sa tagumpay ay ang pagdadala ng pagkakaisa at positibong resulta, hindi lamang sa ating sarili, kundi dapat din nating ibahagi ang mga .benepisyong iyon sa iba

Ang pagkamit ng tagumpay sa pananalapi ay hindi lamang nangangahulugan ng pagtamasa ng nararapat sa atin; nangangahulugan din ito ng pagkakaroon ng responsibilidad sa moral na tulungan ang iba na lumikha ng mas magandang buhay para sa kanilang sarili. Sinumang may katalinuhan ay maaaring kumita ng pera, ngunit kung mayroon silang pagmamahal sa kanilang puso, hindi nila magagamit ang perang iyon nang makasarili; sa halip, .ibabahagi nila ang mayroon sila sa iba

Ang pera ay nagiging sumpa sa kamay ng mga kuripot at madamot, ngunit ito ay isang biyaya at regalo sa mga .taong may bukas-palad at mabubuting puso

Ang mabubuting kaluluwa ay umaakit sa mabubuting kaluluwa at naaakit sa kanila

Dapat nating matutunang mahalin ang ating kapwa gaya ng ating sarili at tandaan na tayo ay narito sa buhay na ito sa maikling panahon, pagkatapos nito ay lilipat tayo sa ibang mundo na ang antas ay nakasalalay sa antas ng ating pag-iisip at kalidad ng ating mga kilos sa panahon ng .pamamalagi sa mundong ito

Sino ang ating mga tunay na kamag-anak? Para sa isang matalinong tao, ang bawat isa ay isang kamag-anak, at ang bawat isa ay isang "kapwa". Siyempre, ang matalinong tao ay may kakayahang makaunawa at nauunawaan na bagama't ang araw ay sumisikat sa isang piraso ng uling at isang diyamante, ang diyamante, hindi tulad ng uling, ay nagtataglay ng natatanging kakayahang tumanggap at magpaaninag ng liwanag nang napakaliwanag. Dapat hanapin ng isa ang kasama ng mga taong ang mga iniisip at damdamin ay kasing dalisay ng isang diyamante at dapat maglaan ng oras sa paghahanap ng mga tapat na kaibigan. Ang mga namumuhay nang malinis at tapat ay makakaakit ng mga kaibigang may kalinisan at katapatan, habang ang mga namumuhay ayon sa mababang likas na ugali nang walang pag-unawa ay makakaakit ng mga kaibigang .kapareho niya

Kung pinahahalagahan mo ang matataas na mithiin at matatayog na prinsipyo, ipinapayong iwasan ang pakikisama sa mga taong hindi naniniwala sa mga mithiin at prinsipyong iyon at mga taong nakakalito sa mga iniisip at nakakagambala sa mood, upang ang kanilang mga vibrations ay hindi makababa sa iyong antas ng vibration. Kasabay nito, huwag ibukod ang sinuman sa iyong bilog ng .pag-ibig

Bukod pa rito, ang isang tao ay hindi lamang dapat magbigay ng pagmamahal, kundi dapat din tayong makipagpayapaan, upang saanman sila magpunta, lumikha sila ng pagkakasundo at katahimikan, na pinapaginhawa ang mga nakapaligid sa kanila sa pamamagitan ng kanilang mabait na presensya. Walang sinuman ang gustong lumapit sa isang mabahong skunk—pasensya na sa pananalita—iniiwasan ito ng lahat. Gayundin, ang isang taong kinakabahan, mapusok, at mahilig makipagtalo ay nakakainis at nagtataboy sa iba. Gusto nating maging

parang namumulaklak na mga rosas na naglalabas ng matamis na halimuyak na nagpapasaya sa puso. Sikapin nating ipalaganap ang amoy ng kapayapaan at ang simoy ng kabutihan saanman tayo magpunta at saanman tayo .manirahan

Ang kaharian ng Diyos ay wala sa gitna ng mga ulap o sa isang partikular na lugar sa kalawakan. Ito ay lampas sa kadiliman na nakikita natin kapag ipinipikit natin ang ating mga mata, at kapag tayo ay nagmumuni-muni at nananalangin, ang mata ng espiritu na nasa noo ay bumubukas sa loob natin, at nakikita natin ang isang pinagpalang liwanag at nadarama ang kagalakan na tumatagos sa bawat selula ng katawan, at nararamdaman natin na ang tabing ay naalis na at isang lihim na pinto ang .nabuksan patungo sa kaharian ng Diyos

Ang Diyos ay isang patuloy na nagpapanibagong kagalakan, isang kagalakang sumasaklaw sa lahat. Dapat nating madama ang kaisa ng kagalakang nananahan sa atin .at nakapaligid sa kawalang-hanggan

Sa kabila ng mga hangganan ng vibrational ng siksik na materya ay naroon ang walang hanggan, sumasaklaw sa lahat ng kamalayan, na hindi mailalarawan sa lahat ng kaluwalhatian, kalawakan, at kawalang-hanggan nito. Ito ang kaharian ng langit, isang walang hanggan, walang hanggan, .at walang katapusang kamalayang kaligayahan

Kapag lumawak ang mga pananaw ng kaluluwa, at nararamdaman nito ang presensya nito sa lahat ng dako, .saka ito nakikiisa sa banal na espiritu

Luwalhati sa Walang Hanggan, na nakaluklok sa abot-tanaw, kung saan nagtatagpo ang langit at karagatan At luwalhati sa Kataas-taasang Walang Hanggan, na nakaluklok sa kapayapaan sa loob natin; sa pamamagitan ng pagtuon

sa Walang Hanggan sa loob, matatanggap natin ang walang
.hanggang kapangyarihan nito

Ang kaalamang nakukuha mula sa pag-aaral ng mga
libro o mula sa mga tao ay limitadong kaalaman,
samantalang ang kaalamang direktang nakukuha mula sa
Diyos ay nagkakaloob ng kapangyarihan ng karunungan, ng
karikitan ng katiyakan, ng katahimikan ng puso, at ng
.kapayapaan ng kaluluwa

O Panginoon, turuan mo akong manalangin nang may
malalim na konsentrasyon at pagsamahin ang pagmumuni-
muni sa taos-pusong pananabik at hayaang malinis ang
aking puso araw-araw ng aking dalisay na pag-ibig para sa
.Iyo

Paglaya mula sa mga limitasyon ng karma

Ang mga kilos, maging mental o pisikal, may malay o
walang malay, ay may partikular na epekto sa buhay ng
isang tao. Ang mga nakaraang kilos ay hindi lamang ang
mga ginawa araw, buwan, o taon na ang nakalilipas, kundi
.pati na rin ang mga kilos mula sa mga nakaraang buhay

Kayo ay patay na, at binigyan Niya kayo ng buhay;
pagkatapos ay papatayin Niya kayo, pagkatapos ay bibigyan
Niya kayo ng buhay na muli; pagkatapos ay sa Kanya kayo
.ay ibabalik

Ang mabuti at masamang epekto ng mga kilos ng isang
tao Sa kanyang kasalukuyang buhay, ang mga bakas na ito
ay nananatiling nakaimbak sa walang malay o subconscious,
at ang mga epektong dala ng isang tao (o dala ng kanyang
kaluluwa) mula sa mga nakaraang pagkakatawang-tao ay
nananatiling natutulog tulad ng mga buto sa walang malay,
naghihintay ng tamang mga pangyayari Upang umusbong at
lumago sa isang partikular na karmic time Ang batas ng

karma, na nagbabalanse sa mga bagay, ay kinabibilangan ng aksyon at reaksiyon, sanhi at bunga, paghahasik at pag-aani

Ang bawat tao ay humuhubog ng kanilang sariling kapalaran sa pamamagitan ng kanilang mga iniisip at kilos, at ang mga enerhiyang kanilang pinakakawalan, matalino man o kahangalan, ay hindi maiiwasang babalik sa kanila bilang kanilang panimulang punto, tulad ng isang bilog na nakumpleto ang sarili nang may perpektong katumpakan [Ang tanong ay] dapat bang harapin ng may kusang naghahanap—laban sa kanilang kalooban—ang hindi maiiwasang mga bunga ng kanilang mga nakaraang kilos, o ang tinatawag na predestinasyon? Ang sagot ay hindi. Ang Diyos ay batas at pag-ibig, at ang naghahanap na bumabaling sa Kanya nang may taos-pusong pananabik at kumpletong pananampalataya, iniaayon ang kanilang mga kilos sa banal na batas, at naghahanap ng walang kundisyong pag-ibig ng Diyos ay walang alinlangang tatanggap ng banal na pagpapala na nagpapagaan ng .mabibigat na pasanin at nagpapabuti ng mga pangyayari

Inilagay tayo ng Diyos sa mundong ito na puno ng mga ilusyon, at alam Niya ang ating pagdurusa at ang mga pagsubok at paghihirap na ating tinitiiis. Pinalalalim ng mga tao ang panloob na kadiliman ng espirituwal na kamangmangan kapag itinuturing nila ang kanilang sarili na nalulunod sa kasalanan at walang kapangyarihang makatakas sa kailaliman nito. Mas makabubuti para sa kanila na sikaping itama ang kanilang sarili, humingi ng tulong at habag mula sa puso ng banal na awa, umaasa sa kapatawaran mula sa mapagmahal, mahabagin, at .mapagpatawad na Diyos

Kapag napagtanto natin ang ating malapit na kaugnayan sa Diyos, anong karma ang maaaring magbigkis

sa atin? Huwag mong hayaang kumbinsihin ka ninuman na ang iyong sakit at mga paghihirap ay bunga ng iyong karma. Bilang isang espiritu sa iyong esensya, wala kang karma. Sa halip, dapat mong mapagtanto ang katotohanang ito sa pamamagitan ng pagpapatibay sa iyong sarili na ikaw ay kaisa ng esensya ng buhay, liwanag, at mga puwersang kosmiko. Kung napagtanto mo ang katotohanang ito, wala kang dapat ikatakot, at magbubukas ang Diyos ng maraming pinto para sa iyo at magbibigay sa iyo ng maraming .pagkakataon

Kung hindi ka komportable sa takbo ng iyong buhay, baguhin ang iyong pag-iisip at punuin ang iyong mga pandama ng positibong enerhiya at mararamdaman mo .mismo ang pagkakaiba

Hindi na kailangang magdalamhati at magdalamhati ang mga tao sa kanilang mga nakaligtaan, o iugnay ang kanilang malungkot na kalagayan sa mga pagkakamaling nagawa nila sa buhay na ito o sa malayong nakaraan, sapagkat ito ay isang uri ng espirituwal na kapabayaang. Kailangan nilang kumilos at bunutin ang mga damo mula sa hardin ng buhay, at pagkatapos ang pinakamatamis at pinakamasiglang mga bulaklak ay mamumulaklak at mamumunga ng pinakamasarap at kanais-nais na mga bunga. Sa pamamagitan ng Kanyang biyaya, ang Kataas- .taasan

Ang pagpapasakop sa Diyos ay hindi nangangahulugang hindi paggamit ng ating kalooban upang mapabuti ang ating mga gawain at paghihintay sa Diyos na ayusin ang ating mga sitwasyon nang walang anumang pagsisikap sa ating bahagi, sapagkat tinutulungan ng Diyos ang mga .tumutulong sa kanilang sarili

Ang punto ay matututo tayong lumapit sa Diyos upang gabayan ang ating kalooban at pagpalain at palakasin ang

ating mga tamang pagsisikap. Kapag nalampasan natin ang balakid ng ayaw sumuko, matatagpuan natin sa Diyos ang proteksyon na walang sinuman sa mundong ito ang makapagbibigay sa atin, at makakahanap din tayo ng lakas .na hindi kayang malampasan ng anumang pagsubok

Maaaring magtatag ang lahat ng tao ng isang espesyal na relasyon sa Diyos kung alam nila kung paano buksan ang kanilang puso sa Diyos at hahangarin ang Kanyang banal na .presensya, na nagdudulot ng kagalakan at katiyakan

Kapag ang isang tao ay nakakaramdam ng matinding pangangailangan sa Diyos, dahil alam niyang hindi nila kayang mabuhay nang wala Siya, matutuklasan nila na tumutugon ang Diyos sa iba't ibang paraan. Ngunit kailangan muna nilang linangin ang matinding damdaming .iyon, dahil ang tugon ay hindi kusang darating

Kung hindi natin uunahin ang Diyos sa ating buhay, ang ating kamalayan ay magiging balisa at malilito, at hindi natin magagawang harapin nang lohikal at maayos ang walang .katapusang mga hinihingi ng buhay

At ano ang paraan upang malinang ang pagnanais na iyan? Sa tuwing tayo ay nahaharap sa kasawian o kahirapan, at sa tuwing nakakaramdam tayo ng bigat sa ating mga puso, dapat tayong bumaling sa Diyos at humingi ng tulong sa Kanya, dahil alam nating sinumang umiibig sa Diyos at pinapanatili ito sa kanyang isipan at puso, ang kanyang kalagayan ay bubuti. Ang kanyang kalagayan ay nagbabago .para sa ikabubuti

Kapag hinahalo at hinahalo natin ang eter, Sa pamamagitan ng ating taos-pusong mga panalangin at taos-pusong mga pagsamo, ating makukuha ang diwa ng banal na tugon na naglalaman ng pagkain, pagpapagaling, at .kaligayahan

Para sa mga naghahangad ng espirituwal na pagkain,
ang mga nakaraang pagkabigo at pagkabigo ay hindi mahalaga. May mga aral na matututunan mula sa mga ito, at maaaring subukan muli, ulitin ang pagtatangka mula sa simula. Garantisado ang tagumpay, sa tulong ng Diyos, para sa lahat ng hindi pinanghihinaan ng loob ng pagkabigo, na ang determinasyon ay hindi humihina ng mga trahedya, at naniniwala nang may matibay na pananampalataya na sinusupportahan ng Diyos ang mga nagtitiyaga. Ang mga nasa tamang landas, at binibigyan Niya sila ng pag-asa, lakas, at optimismo, hanggang sa maabot nila ang kanilang .sukdulang layunin at makamit ang layunin ng buhay

Ang pag-iisip ay isang puwersang parang elektrisidad, at ang mga sikolohikal na estado nito ay bumabalik sa pag-iisip .at paraan ng pag-iisip

Ang kuryente ay kapwa kapaki-pakinabang at nakakapinsala; sinumang gumamit nito nang matalino ay ginagamit ito para sa kanilang serbisyo. Kung hindi, maaaring makuryente siya. At gayundin ang iniisip. Kung ito ay itinuro sa tamang landas, ito ay nagdudulot ng kaligayahan sa may-ari nito, kung hindi, ito ay nagdudulot .ng problema

Ang pag-iisip ay parang isang mabangis na kabayo, ngunit ang pagpapaamo nito ay hindi imposible, at ang positibong pag-iisip ay isang paraan upang makontrol ang .pag-iisip

Ang matinong pag-iisip ay isang matalik na kaibigan at ang may sakit na pag-iisip ay isang palaging kaaway

Ang matinong pag-iisip ay umaakit ng kapayapaan at kaligtasan, habang ang hindi malusog na pag-iisip ay nagpapaputok ng mga nakamamatay na palaso na tumatalbog sa may-ari nito nang doble. Kaya nga may

kasabihang, "Ang gantimpala ay kapareho ng gawa."

Hangga't ang isang tao ay nagpapadala ng mabubuting intensyon, ang kanyang mga iniisip ay magiging mga sulo, na nagbibigay-liwanag sa mga silid ng kaluluwa at nagtataboy sa mga tambak ng kadiliman, upang siya ay makaramdam ng matinding ginhawa, at ang kanyang mga mata ay magniningning na may ngiti ng kasiyahan! Nawa'y magtagal ang ngiti sa iyong mga mata. At ang kapayapaan .ay sumaiyo

Ang buhay ay parang gilingan na gumiling, mga buto ng mabungang pagsubok at eksperimento, upang gawin ang tinapay ng buhay, parang isang paliko-likong daan, na may malalagong bulaklak sa magkabilang gilid, matingkad na paru-paro, at mga puno na may masasarap na prutas sa kanilang mga sanga, ngunit bihira tayong huminto, tamasahin natin ang tanawin nito at lasapin ang tamis nito; sa katunayan, madalas tayong nalilito, upang maabot ang mas malawak na mga lugar, iniisip natin na may mas kaaya-ayang tanawin kaysa sa ating nakita, ngunit habang unti-unti tayong lumalayo, sa mabulaklak at mabungang mga landas, nakakakita tayo ng mga puno na mas madilim kaysa sariwa, at pagkatapos ay nawawala ang mga bulaklak, at kasama nito, mga paru-paro at mga prutas, para lamang .matagpuan ang ating mga sarili sa tigang na disyerto

Ang buhay ng tao ay parang tubig ng mga dagat, na dinadalisay at nagiging sariwa. Kapag umaakyat ka sa itaas na atmospera, ito ay parang panaginip sa umaga, na lumiliwanag sa pagtanda, dahil ang mga bagay ay tila mas malinaw at mas natatangi. Ito ay parang isang paglalakbay kung saan nagbabago ang tanawin habang tayo ay naglalakbay ng malayo. Pagkatapos, ang parehong tanawin .ay nagbabago habang tayo ay papalapit dito, at iba pa

Hindi binibigo ng buhay ang matatalino, sapagkat hinarap nila ito nang may kahusayan at ninanamnam nang hindi hinahayaang kontrolin sila nito at alisin ang kanilang kalayaan. Halimbawa, nasisiyahan sila sa tubig. Iniinom nila ito at naliligo, ngunit hindi nila hinahayaang malunod sila rito. Nasisiyahan sila sa mga damit na gusto nila. Nang walang labis na pagsunod sa mga pormalidad at pormalidad na itinuturing na mababaw. Nasisiyahan sila sa pagkain nang hindi hinahayaang lamunin sila ng katakawan, dahil ang labis na pagkain ay nagpapahina sa katawan at nilalamon nito ang mga pananaw at lubusan niya itong sisirain. Kaya, dapat tamasahin ng isang tao ang buhay ngunit hindi .nauubos ang mga pandama sa pamamagitan ng paglulubog

Pakikisama sa iba. Hindi ito nangangahulugan ng pagsang-ayon sa kanila sa lahat ng bagay, o pagsasakripisyo ng mga mithiin para sa kanilang kapakanan, dahil ang ganitong istilo ng pagsunod ay hindi kanais-nais at hindi naaayon sa katotohanan. Hindi sumang-ayon ang mga repormista at mga dakilang tao. Sa napakaraming tao sa kanilang paligid, gayunpaman ay mahigpit silang nanghawakan sa kanilang mithiin, dahil napagtanto nila na .ang kanilang ginagawa ay talagang tama

Una sa lahat, dapat na naaayon ang isang tao sa Diyos, pagkatapos ay sa kanyang konsensya, at pagkatapos ay sa .mga tao

Ang prinsipyo ay hindi dapat ikompromiso at hindi dapat gumamit ng mga lihim na motibo upang makamit ang isang tiyak na layunin, dahil hindi ito angkop sa mga taong may .prinsipyo

Sino ang mamumuhay sa paraang nakalulugod sa Diyos? Huwag manakit ng iba, dahil wala silang dapat ikatakot. Kung ang pamamaraang ito ay hindi nakalulugod sa iba, sapat na para sa isang tao na maging komportable sa

loob at makaramdam ng panloob na kapayapaan na siyang
.dahilan kung bakit siya malaya sa pagsang-ayon ng iba

Ang lakas at pagnanais ng kaluluwa Sa pagbaling sa
Diyos Ito ay tinatawag na espirituwal na magnetismo At sa
magnetismong ito Ang kaluluwa ay umaakit ng mga
pagpapala sa sarili nito at mga pinong vibrations At lahat ng
mabubuting karanasan ng tao Na nagpapaalala sa kanya ng
kabutihan at katuwiran

espirituwal na magnetismo. Ito ang kapangyarihang
ginagamit nito upang umaakit at humihila sa tao palapit sa
kanyang sarili. Mabubuting kaibigan at mahahalaga at
mahahalagang bagay. At isang intuitibong pag-unawa sa
mga bagay. Ang kapangyarihang ito ay nagmula sa kaakit-
.akit na magnetikong puwersa ng Diyos

Kandila ng Kapayapaan

Kumuha ng mental pot, punuin ito ng iyong
.kapayapaan

Kunin mo ang bote ng aking damdamin, punuin mo ito
ng Iyong awa

Kunin mo ang aking walang laman na basket ng
kaluluwa, punuin mo ito ng mga bunga ng iyong
.karunungan

Ibuhos mo ang tubig ng iyong pag-ibig sa aking
kaluluwa, ibubuhos ko rin ito sa mga tasa ng kaluluwang
.uhaw

Gibain ang mga pader ng ego. Ilubog mo ako sa iyong
.ganap na presensya

Ang sinag ng bukung-liwayway ng pag-ibig

Hayaan siyang sumilip mula sa bukana ng aking puso

Ipinapaalala nito sa akin ang sikat ng araw ng iyong
pag-ibig

Kumalat sa kalangitan ng aking buhay
Ang nagniningning na liwanag ng iyong pag-ibig ay
sumikat na

Sa aking sarili, at ito ay naliwanagan
Pinuno ng iyong liwanag ang aking espirituwal na
espasyo

Ikaw ang buhay na bumubuhay sa aking katawan
At ang isip na nagbibigay inspirasyon sa aking mga
iniisip

At ang karunungan nag-aalis ng aking kamangmangan
Sinindiha ko ang manipis na kandila ng aking pag-ibig

Para basahin ang ginintuang aklat
Napanatili sa loob ko mula pa noong unang panahon

Ang pag-ibig mo noon at hanggang ngayon

Ang di-nakikitang kandila ng kapayapaan

Na siyang nagtataboy sa dilim at nagpapakita sa akin ng
iyong mga mensahe

Ang blog ay nasa mga pahina ng mga puso

Ihayag ang iyong kaluwalhatian, O Panginoon

Nawa'y mawala ang liwanag ng iyong karunungan

Kamangmangan, alitan, at inggit

Mula sa mga baybayin ng mundo magpakailanman

Gawing kalakasan ang ating kahinaan

At nanghina tayo sa determinasyon

Magkarga ng mahalagang kuryente sa ating mga
katawan

At punuin ang isip at kaluluwa ng iyong
nakapagpapagaling na liwanag

Hawakan Mo ang aming kamay upang hindi kami
malunod sa tubig ng Iyong kapabayaan, at punuin Mo ang
aming pagkatao ng Iyong pagmamahal at karunungan.
Ipadama Mo sa amin na kami ay napakalapit sa Iyo at ang
.araw ng Iyong awa ay laging sumisikat sa amin

Inilalagay ko ang mga bulaklak ng aking bulong-
bulungan at masiglang mga kaisipan

Sa istruktura ng katahimikan

Ang kanyang tahimik na halimuyak ay umaawit

At siya'y umaawit ng iyong mga kaluwalhatian

At sa liwanag ng iyong banal na liwanag

Nakikita ko ang kagandahan ng iyong pag-iral

Natupad ang aking masasayang pangarap

Kapag ang iyong liwanag ay kumikislap sa aking
kaluluwa

Ang mga belo ay nagliliyab sa apoy ng karunungan

Nakikita ko ang iyong kaluwalhatian, at ang aking
kagalakan ay nadaragdagan

Nawa'y liwanagan ka ng Diyos ng Kanyang liwanag

At pagbati mula sa kaluluwa sa iyo

Maraming mga hinihingi at kinakailangan ang ipinapataw sa atin ng mundo at kinukumbinsi tayo ng kanilang sukdulang kahalagahan at ang imposibilidad ng pamumuhay nang wala ang mga ito o ang kakayahang mabuhay nang wala ang mga ito. Ngunit ang pangunahing kinakailangan ay ang makamit ang kapayapaan ng Diyos, na ang mga pinagmumulan ay hindi natutuyo at ang bukal ay hindi natutuyo, at siyang nagbibigay ng lasa at kahulugan sa .lahat ng bagay sa buhay

Tandaan natin na ang Diyos ang diwa ng ating pagkatao, at ang pag-ibig ang siyang bintana kung saan natin natatanaw ang Kanyang maluwalhating mukha. Sinumang nagnanais na madama ang banal na presensya at pagyamanin ang dakilang pananabik na iyon sa isip at gawa, ipagkakaloob ng Diyos ang kanilang kahilingan at tutulungan silang punitin ang mga lambong na pumipigil sa kanila na .makita ang mga pinagpalang liwanag

Sinumang determinadong sumulong sa landas ay hindi mapipigilan ng anuman, ni walang balakid na makakahadlang sa kanya hanggang sa maabot niya ang .kanyang layunin at makamit ang naisin ng kanyang puso

Mga Espirituwal na Perlas at Hiyas

Ang mga nagbubunyag ng mga kahinaan ng iba at nagdudulot sa kanila ng kahihiyan at sama ng loob ay malayo sa karunungan at mahusay na pagpapasya. Dapat nating kamuhian ang kasalanan, hindi ang makasalanan, sapagkat siya ay ating kapatid sa espiritu, sa kabila ng kadiliman ng kamangmangan na bumabalot at nakapaligid sa kanya. Ang layunin ng pagkondena ay dapat na pagpapagaling, hindi pagmamalaki at pananakit. Dapat nating tratuhin ang ating makasalanang kapatid gaya ng nais nating tratuhin kung tayo ang nasa kanyang lugar at .sitwasyon

Sinumang magtago ng mga pagkakamali ng kanyang
kapatid dito sa mundo, itatago rin ng Diyos ang mga
pagkakamali nito sa Kabilang Buhay

Kung paano natin hinuhusgahan ang iba, hinuhusgahan
din tayo ng espirituwal na batas sa parehong antas. Hindi
tayo dapat umasa nang sobra sa iba, ni hindi tayo dapat
laging umasa ng magagandang resulta mula sa sinuman,
.kahit na ginagawa nila ang kanilang makakaya

Maaaring madapa at matisod ang isang tao, ngunit
mananatili siyang ligtas hangga't ginagawa niya ang
kanyang makakaya upang muling umakyat sa hagdan ng
.kabutihan at katuwiran

Araw-araw, dapat nating sikaping pasiglahin ang
pasyente sa pisikal, sikolohikal, o espirituwal na aspeto sa
ating kapaligiran, tulad ng pagtulong natin sa ating sarili o
.sa ating mga kapamilya

Sinumang magsisikap mula ngayon na mamuhay ayon
sa mga banal na batas—sa halip na ang lumang
makasariling buhay na nagdudulot ng kahirapan at
paghihirap—ay matutuklasan na gaano man kababa ang
papel na ginagampanan niya sa buhay, nananatili itong
isang mahalagang papel hangga't ginagampanan niya ang
kanyang tungkulin nang lubusan ayon sa direksyon ng
direktor ng kosmikong dula at ang panginoon ng lahat ng
.ating kapalaran: ang Diyos na Makapangyarihan sa lahat

Kapag nakikipag-ugnayan tayo sa iba nang may tunay
na katapatan, tunay na pagmamahal, at pagsasaalang-alang
sa mga damdamin, magdadala tayo ng mabubuting kaibigan
sa ating buhay nang walang personal na interes o
makasariling kalkulasyon na may kahit kaunting
pagsasaalang-alang; kung hindi, hindi natin makikilala ang
.ating mga tunay na kaibigan

Kinakailangang alisin ang pagkukunwari at
pagkukunwari, at kumilos sa paraang hindi sadyang
.makakasakit sa iba

Ang mga kaibigan ay hindi dapat magalit, maliitin, o
kalabanin, ni hindi sila dapat bigyan ng anumang dahilan
upang magkimkim ng sama ng loob sa atin. Ang mga
kaibigan ay hindi dapat tratuhin nang masama,
pagsamantalahan, o bigyan ng hindi hinihinging payo
maliban kung hinihingi ito. Kapag hinihingi ang payo, dapat
itong ibigay nang taos-puso at may kabaitan, nang walang
takot sa mga kahihinatnan. Ang mga kaibigan ay
nagtutulungan sa pamamagitan ng nakabubuo at kapatid na
.pagpuna

Ang mahihirap na karanasan sa buhay ay hindi
dumarating upang paralisahin ang ating kalooban at talunin
tayo, kundi upang patalasin ang ating determinasyon at
palakasin ang ating pananampalataya sa Diyos at ang ating
tiwala sa sarili. May mga taong nagkakamali sa paniniwala
na ang mga karanasan at hamong ito ay hindi
malalampasan na mapanirang puwersa, kaya't sumusuko
ang mga ito. Ang isang malusog na pag-iisip ay mahalaga sa
pagpapagana ng ating panloob na lakas upang epektibong
.harapin ang buhay at ang mga pagsubok nito

Kung ang isang tao ay hindi makikipagkumpitensya sa
isang taong mas malakas kaysa sa kanila, hindi sila
magiging malakas. Gayundin, kapag hinarap natin ang ating
mga paghihirap nang may katapangan at katatagan ng loob,
.tayo ay nagiging mas malakas at mas matatag

Ang ating mga isipan ay mahalagang bahagi ng
sumasaklaw-sa-lahat na kamalayan ng Diyos. Sa ilalim ng
alon ng ating kamalayan ay naroon ang karagatan ng
Kanyang walang hanggang kamalayan. Kapag nalilimutan ng
alon na ito ay bahagi ng mas malawak na karagatan,

inihihiwalay nito ang sarili mula sa kapangyarihang iyon ng karagatan. Bilang resulta, ang mga isipan ng mga tao ay nanghihina dahil sa mga limitasyon sa materyal at hindi na may kakayahang mabungang paggawa at masaganang produksyon. Kapag ang mga isipan ay nag-aalis ng alikabok ng kamangmangan at sinira ang mga tanikala na nagbubuklod sa kanilang mga kapangyarihan, sila ay magiging mas may kakayahang maging malikhain at .positibong makipag-ugnayan sa buhay

Kapag mahigpit kang kumapit sa isang partikular na ideya at pinupuno ito ng matibay na kalooban, ang ideyang iyon ay nagiging isang dinamikong puwersa. At kapag ang pag-iisip ay naging dinamiko, maaari itong lumikha ng tamang kapaligiran para sa tagumpay, ayon sa hindi .nakikitang mapa na iginuhit sa isipan

Nabibigo ang mga tao dahil sumusuko sila sa malupit na sitwasyon sa buhay nang hindi nilalabanan ang mga ito, sa .halip na labanan ang mga ito nang hindi sumusuko

Kinakailangang sanayin at buhayin ang lakas ng loob

Ang mga pumapasok sa santuwaryo ng katahimikan ay maaaring makipag-ugnayan sa espirituwal sa ibang mga kaluluwang nagmamahal sa Diyos, at mauunawaan nila ang .wika ng mga rosas at lahat ng nabubuhay na nilalang

O Panginoon, maging tanging Hari na nakaluklok sa aking pag-ibig at pananabik

Ang mga nagmumuni-muni ay nakararanas ng malalim na pakiramdam ng kapayapaan, at ang panloob na katahimikang ito ay dapat mapanatili kahit na kasama ang iba. Ang natututuhan ng isang tao sa pagmumuni-muni ay dapat isagawa sa pang-araw-araw na gawain at pakikipag-

ugnayan sa iba, nang hindi pinapayagan ang sinuman na
.manggulo sa kapayapaan o katahimikan ng isang tao

Kapag gusto mong lumikha ng isang magandang ugali o
alisin ang isang masamang ugali, ituon ang pansin sa mga
selula ng utak kung saan matatagpuan ang mga mekanismo
.ng iba't ibang gawi

Para makapagtatag ng isang mabuting ugali, umupo
muna nang tahimik at magnilay-nilay, humingi ng tulong
mula sa Diyos. Ituon ang iyong isip sa sentro ng lakas ng
loob, na matatagpuan sa noo sa pagitan ng iyong mga kilay,
at matatag na pagtibayin ang ugali na nais mong itanim sa
iyong utak. Kapag gusto mong alisin ang masasamang gawi,
ituon din ang iyong atensyon sa sentrong ito ng lakas ng
loob at matatag na pagtibayin na ang lahat ng ugat kung
saan nakaugat ang mga gawi na iyon ay nabubura. Sa
pamamagitan ng pokus at lakas ng loob, mabubura mo kahit
ang pinakamalalim na ugat ng malalim na nakaugat at
lumang mga gawi. Tiyakin sa iyong sarili nang paulit-ulit na
mayroon kang sapat na lakas ng loob upang maalis ang mga
.hindi malusog na gawi mula sa rehiyon ng utak

Ang pinakaangkop na oras para sa ganitong
pagpapatibay ay maagang umaga kapag ang kalooban at
.atensyon ay alerto

Patuloy mong pagtibayin sa iyong sarili na malaya ka na
sa lahat ng utos at balang araw ay matutuklasan mo na - sa
tulong ng Diyos - napalaya mo na ang iyong sarili mula sa
.bisyo na gusto mong alisin

Anuman ang iyong kinatatakutan, alisin mo ang iyong
mga iniisip at ipaubaya ito sa Diyos. Palakasin ang iyong
pananampalataya sa Diyos at magtiwala na kaya ka Niyang
.tulungan

Maraming pagdurusa ang nagmumula sa pag-aalala at pagkabalisa. Bakit ka pa magdurusa kung ang iyong kinatatakutan ay hindi pa nangyayari? Isipin ang liwanag ng Diyos na nakapaligid sa iyo sa lahat ng panig, at mararamdaman mo ang Kanyang kamangha-manghang .proteksyon

Dahil karamihan sa ating mga pagkabalisa ay nagmumula sa takot, kung aalisin natin ang takot sa ating buhay, makakaramdam tayo ng kalayaan at ang paggaling ay agad na magaganap. Tuwing gabi, bago matulog, tiyakin sa iyong sarili na ang Diyos ay kasama mo, pinoprotektahan .at binabantayan ka

Sa kosmikong dramang ito, ginagampanan ng mga tao ng lahat ng lahi ang kwento ng buhay sa entablado ng panahon. Dapat nating maunawaan ang kahulugan ng buhay nang hindi labis na nagiging abala o labis na nahuhumaling .sa ating mga panandaliang tungkulin

Ang ating pananaw sa buhay ay kadalasang baluktot at lihis dahil tumitingin tayo gamit ang mga matang makasarili at limitado ang abot-tanaw. Kung titingnan natin gamit ang mata ng kaluluwa, makikita natin ang mga bagay-bagay .mula sa isang ganap na kakaibang pananaw

Kapag binuksan natin ang mata ng karunungan, nakikita natin ang sumasaklaw sa lahat ng liwanag ng Diyos, at sa liwanag na iyon ay nakikita natin ang ating espirituwal na kalikasan, na isang repleksyon ng kalikasan ng pangkalahatang kamalayan na tumatagos sa lahat ng mga .partikulo at bahagi ng sansinukob

Ang mga espirituwal na katotohanan ay nakapalibot sa atin, kumakatok sa mga pinto ng ating nakapikit na mga mata, hinihimok tayong makita ang liwanag sa halip na kadiliman, kumilos nang may karunungan sa halip na

kamangmangan, punuin ang ating mga puso ng pagmamahal sa halip na poot, at makipagtulungan sa pagtatatag ng kapayapaan at pagdadala ng kasaganaan at seguridad sa ating mundo. Kapag ginawa natin iyon, ang kamangmangan ay maglalaho, ang mga pagkakaiba sa sitwasyon ay maglalaho, makakakita tayo ng pagkakaisa sa senso, at tayo ay magiging mas naaayon sa banal na .kalooban

Ang ating relasyon sa Diyos ay hindi isang malamig o walang pagmamahal, tulad ng sa pagitan ng isang employer at isang empleyado. Tayo ang Kanyang pamilya, ang Kanyang pangangalaga sa atin ay palagi, at lagi Niya tayong pinakikinggan. Tayo ay mahalagang bahagi ng Kanyang pagkatao, at ang ating relasyon sa Kanya ay buhay at .masigla

Pinagkalooban tayo ng ating Lumikha ng walang-sawang kayamanan ng pagmamahal, pang-unawa, pananaw, mabuting kalooban, at espirituwal na lakas, ngunit karamihan sa atin ay nilustay ang kayamanang ito sa wala.

Nais ng Diyos na mamuhay tayo nang may seguridad, kapayapaan, at palakaibigang kooperasyon, na nararapat sa isang marangal at mapagmahal na pamilya, ngunit ang kasakiman at makasariling mga kalkulasyon ay nag-ugat sa .ating mga puso at naghasik ng alitan sa atin

Nais ng Diyos na tayo ay maging mga panginoon, ngunit pinili nating maging mga alipin

Ang tao ay naligaw nang malayo mula sa kanyang makalangit na tahanan at nawala ang panloob na paraiso ng pakiramdam na malapit sa Diyos at ang Diyos na malapit sa kanya, at hindi niya mababawi ang paraisong iyon nang .walang personal na pagsisikap

Nilikha tayo ng Diyos ayon sa Kanyang wangis, ngunit ang katotohanang ito ay nakaligtaan sa ating mga isipan. Nabigo tayo sa ilusyon na ang ating kapalaran ay kahirapan at ang ating kapalaran ay pagkalipol. Kailangan nating punitin ang lambong ng ilusyon gamit ang punyal ng karunungan upang makita ang nagniningning na .katotohanan sa likod nito

?Sino tayo at ano ang tunay nating pagkatao

Ang mga tao ay may malinaw na pagkakaiba, maging sa kanilang sikolohikal o emosyonal na kayarian, ang mga papel na ginagampanan nila sa buhay, ang trabaho at mga aktibidad na kanilang hinahangad, o ang mga hangarin na kanilang nararamdaman. Ngunit sa ilalim ng lahat ng pagkakaibang ito ay nakasalalay ang dalawang bagay na gusto at kailangan ng bawat tao nang walang pagbubukod.

Ang isa ay kalayaan mula sa lahat ng uri ng sakit at kagustuhan. Ang isa pa ay ganap at pangmatagalang kaligayahan—ganap na kasiyahan, kung saan nananatili ang .kapayapaan, pag-ibig, karunungan, at kagalakan

Sa katotohanan, ang pinagsisikapan ng mga tao na makamit ay ang Diyos, gamitin man nila ang pangalang iyon o hindi. Sinasabi ng mga pantas na ang Diyos ang diwa ng kaligayahan at ang diwa ng kaligayahan. At hindi makakaranas ng ganap na kasiyahan ang isang tao maliban kung direktang humuhugot mula sa kosmikong pinagmumulan. Ito ay isang mahalagang punto para .maunawaan ang kalagayan ng tao

Ngunit saan nga ba hinahanap ng mga tao ang kanilang
?hinahanap

Hinahanap lamang nila ito sa mga makamundong bagay: sa mga ari-arian, mga panlabas na kalagayan, at mga relasyon sa ibang tao. Ngunit imposibleng matagpuan

ito sa anumang bagay, sinuman, o anumang pangyayari sa .mundong ito, dahil sa mismong kalikasan ng paglikha

Ang paglikha ay batay sa prinsipyo ng dualidad.

Imposibleng magkaroon ng isang larawan sa iisang kulay lamang, dahil walang paraan para mabuhay nang wala ang kabaligtaran nito. Gayundin, imposible para sa anumang aspeto ng pag-iral na umiral nang hiwalay sa dualidad.

Gayunpaman, sa pagsusuri sa mga pagnanasang nag-uudyok sa mga tao, natutuklasan natin na ang bawat isa sa atin ay nagnanais lamang ng mabuti, kaaya-aya, maganda, at positibong mga bagay, nang walang kahit kaunting pagnanais na harapin ang anumang hindi kanais-nais o hindi .kanais-nais. Ngunit imposible iyon

Sa dualistikong mundong ito, walang kasiyahan kung walang sakit, walang liwanag kung walang kadiliman, walang mabuti kung walang kasamaan, walang buhay kung walang kamatayan. Ang dalawang panig ng barya ay hindi mapaghihiwalay. Nangangahulugan ito na ang mga bagay na ating hinahangad sa kaibuturan ng ating sarili ay hindi .makukuha mula sa mundong ito

Naghahanap ang mga tao—oo, buong lakas silang naghahanap—ngunit hindi nila mahanap ang kanilang hinahanap, na nagdudulot ng kawalan ng pag-asa at kawalan ng pag-asa. Hindi lamang ito humahantong sa kawalan ng pag-asa kundi pati na rin sa matinding sama ng loob at matinding galit, at dahil dito ay sa mga kilos ng karahasan. Nangyayari ang lahat ng ito dahil hindi nila hinahanap ang kanilang hinahanap sa tamang lugar, at dahil dito, hindi nila matatagpuan ang ninanais ng kanilang mga .puso

Ang mga tao sa ating panahon ay hindi gaanong nakakaalam tungkol sa kahulugan at layunin ng buhay, at .samakatuwid ay nagdurusa sila sa kalituhan at pagkalito

Likas sa mga tao na ang mga tao ay may layunin. Kung wala silang layunin sa buhay, at kung ang kanilang mga isip, enerhiya, kalooban, at emosyon ay hindi nakadirekta sa positibo at nakabubuo na paraan, sila ay babaling sa mga mapaminsalang landas tulad ng pag-abuso sa alkohol at droga, paggamit ng karahasan, at iba pa. Ang pangunahing layunin ng buhay ay ang pagkilala sa Diyos at tungkulin ng mga indibidwal na pag-isahin ang kanilang mga tungkulin at panlabas na gawain sa pamamagitan ng matuwid na mga kilos, mabubuting pananaw, positibong saloobin, at kapaki-pakinabang na paggamit ng kanilang mga emosyon

Ang dalawang aspeto ng ating kalikasan—ang panloob o espirituwal na aspeto at ang panlabas na aspeto—ay hindi magkasalungat kung nauunawaan nang tama. Bagkus, sinusupportahan nila ang isa't isa at tinutulungan tayong mapaunlad at mapahusay ang ating pisikal, sikolohikal, emosyonal, at espirituwal na kakayahan at potensyal

Ang mga tao ay nabubuhay sa isang malaking kawalan, walang intelektwal na estimulasyon o sikolohikal na estimulasyon. Nakakaramdam sila ng pagkabagot dahil sa kawalan ng layunin at kawalan ng anumang bagay na maaaring magbigay ng halaga at kahulugan sa kanilang buhay. Ang karaniwang tao ay maaaring gumana at kumilos na parang sila ay malusog sa sikolohikal at mental na aspeto, ngunit masaya ba sila

Ang pangunahing layunin ng buhay ay ang malaman kung sino tayo at kung ano ang ating tunay na kalikasan. Kung bibigyan natin ng atensyon ang mas malalalim na aspeto ng buhay, tiyak na makakaramdam tayo ng kaligayahan, dahil ang kaligayahan ng tao ay nauugnay sa pakikipag-ugnayan sa espirituwal na sarili, na kung wala ito ay walang pag-iral o pagkatao ang isang tao

Ang takot sa pagkabigo o sakit ay napapaunlad sa pamamagitan ng patuloy na pag-iisip tungkol dito hanggang sa ang ideya ng pagkabigo ay tumagos mula sa malay na isip patungo sa subconscious at kalaunan ay umabot sa mas mataas na kamalayan. Pagkatapos, ang takot, na nakaugat sa subconscious at mas mataas na kamalayan, ay nagsisimulang dumami at lumago hanggang sa mapuno nito ang malay na isip ng mga damo ng takot na hindi kasingdali ng unang pag-iisip kapag ito ay sumibol. Ang mga mapaminsalang damong ito ay kalaunan ay nagbubunga ng nakalalason at nakamamatay na bunga. Sa kabutihang palad, ang mga ugat nito ay maaaring maalis mula sa loob sa pamamagitan ng matinding pagtuon sa lakas ng loob at pagtanim sa kamalayan ng lubos na pananampalataya sa Diyos at na kaya Niyang tulungan ang mga nais tulungan ang kanilang sarili at protektahan sila mula sa .kapahamakan

Noong unang panahon, isang maliit na bula ang lumulutang sa ibabaw ng dagat, nag-iingat sa mga bagyo at kidlat, nang marinig niya ang isang tinig na bumubulong sa "kanya: "Maliit na bula ng buhay, anong problema mo

Hindi mo ba alam na bahagi ka ng karagatan ng buhay?

Lumingon ang maliit na bula sa paligid at napagtanto ang .katotohanang iyon

Ang kamalayan ng tao ay lumulutang na parang isang maliit na bula Sa ibabaw ng dagat ng kosmikong kamalayan, iniisip na ito ay pansamantalang bula, nanginginig sa takot sa sakit, kahirapan, at kamatayan Oh bula, natatakot ka ba sa karagatan? Tumingin sa paligid, magmasid nang mabuti Ilipat ang iyong pananaw mula sa iyong agarang kapaligiran patungo sa walang hanggang kaharian ng Diyos Humilig nang mas malalim, palawakin ang iyong pang-unawa, upang malaman at makatiyak ka Na ikaw ay kaisa ng Kanyang

malawak na dagat, at ang Diyos ay sumasaiyo
Pinoprotektahan ka Niya, inaalalayan ka Niya, ngayon at
.magpakailanman

Pag-iwas sa mga bitag at patibong

Sa tuwing nakakaramdam ka ng matinding pagnanais sa
iyong puso na naghihikayat sa iyo na tuparin ito, gamitin ang
pag-unawa at tanungin ang iyong sarili, "Ito ba ay isang
mabuting pagnanais na maaaring matupad, o isang
masamang pagnanais na hindi dapat igalang?" Ang mga
hindi malusog na materyal na pagnanasa ay hinihikayat ang
ating masasamang gawi sa pamamagitan ng pagbibigay sa
atin ng mga maling pag-asa at mapanlinlang na kaligayahan.
Sa ganitong mga pagkakataon, ang kapangyarihan ng pag-
unawa ay dapat gamitin upang ibunyag ang katotohanan.
Ang masasamang gawi ay humahantong sa kalungkutan.
Kapag ang kanilang tunay na kalikasan ay nalantad,
nawawalan sila ng kapangyarihan upang mabitag ang isang
tao sa mga bitag ng pagdurusa at mga patibong ng
.paghihirap

Mga repleksyon at kwento

Sa buhay at kamatayan, sa mga kalungkutan at
kalamidad, ang aking pananampalataya sa Iyo, O Panginoon,
ay nananatiling malakas at hindi natitinag, matatag at hindi
natitinag

Ang bawat hininga ng aking pananabik at pagsusumamo
ay nagbubukas ng mga pinto at bintana sa aking kaluluwa
.kung saan ako patungo sa kaligayahan ng Diyos

Kung paanong sumisikat ang araw sa mga
pinakamasisikip na lugar, makikita ko rin ang mga sinag ng
banal na pag-ibig sa lahat ng aspeto ng aking buhay at
.pang-araw-araw na gawain

Pagpalain mo ako, O Panginoon, upang magising ko ang
aking kaluluwa sa buwang-liwayway at madala ito sa iyong
pinagpalang pintuan

Ang kwento ng usang musk

Ang musk ay isang mahalagang sangkap na may
matapang na halimuyak, na matatagpuan sa pusod ng musk
.deer na naninirahan sa mataas na Himalayas

Kapag ang usa ay umabot sa isang takdang edad, ang
nakabibighaning musk ay magsisimulang tumagas nang
palihim mula sa pusod nito, at ang usa ay nababalisa sa
kaakit-akit na halimuyak na iyon at nagsisimulang sumayaw
at hanapin ang pinagmumulan ng kaaya-ayang amoy na
.iyon

Palipat-lipat ito ng lugar, sumisinghot sa pagitan ng mga
bato at sa ilalim ng mga puno, hinahanap sa lahat ng dako
.ang pinagmumulan ng kapanapanabik na amoy na iyon

Sa huli, siya ay nagagalit, mas nababagabag, at
nababalisa kapag siya ay nawawalan ng mga salita at hindi
mahanap ang kanyang hinahanap nang may pananabik at
.pagmamahal

Sa huling pagtatangka na maabot ang pinagmumulan
ng musk, tumatalon ito mula sa matatayog na mabatong
bangin patungo sa malalim na lambak upang harapin ang
kanyang kapalaran at kamatayan, kung saan nahuli ito ng
mga mangangaso at nakuha ang musk sac o glandula mula
.rito

Kaugnay nito, isa sa mga naliwanagang makata ang
:bumigkas ng isang bagay na ganito ang kahulugan

!O usang musk, ikaw na hangal

?Bakit ka nagdurusa? Bakit ka walang tulog

Makukuha ang musk na ito

!Gamit ang sako ng tiyan mo, tanga

Kahit na hawakan mo gamit ang iyong ilong

Sa iyo nagmumula ang lihim na halimuyak

Nanalo ka sana sa inaasahan mo

At nabuhay ka nang hindi gumagastos

Hindi ba ninyo naiisip, mga kaibigan ko, na karamihan
sa mga tao ay kumikilos na parang usa? Palagi at walang
hanggan silang naghahanap ng kaligayahan kahit saan sa
.labas ng kanilang mga sarili

Oo, hinahanap nila ang kaligayahan sa paglalaro, at
pinapakawalan ang kanilang sarili sa mga pagnanasa at
pagnanasa. Inaakyat nila ang madulas na landas ng
kayamanan hanggang sa tuluyan silang tumalon mula sa
mga bangin ng matataas na pag-asa patungo sa mga bato
ng pagkabigo at kabiguan kapag hindi nila mahanap ang
tunay na kaligayahang nakaimbak sa pinakamalalim na
.kaibuturan ng kanilang mga kaluluwa

Kung ibabaling natin ang ating mga iniisip sa loob, at
magninilay nang malalim, matatagpuan natin sa
katahimikan ng kaluluwa ang pinagmumulan ng tunay at
.pangmatagalang kaligayahan na ating hinahanap

Hindi tayo dapat maging katulad ng usang musk, na
namamatay sa paghahanap ng kaligayahan sa mga maling
lugar. Sa halip, dapat tayong maging mapagmatyag at
sikaping hanapin ang kaligayahan sa loob ng ating sarili,
.hindi sa labas ng ating sarili

Ang Kwento ng Butones

Minsan, may isang lalaki na lumapit sa akin at
nagsabing mayroon siyang malalang sakit sa puso, at
:idinagdag pa

Marami na akong sinubukan, pero hindi ko maalis ang"
"sakit ng puso ko

Matapos mag-isip nang mahinahon, hiniling ko sa kanya
na bigyan ako ng gunting. Tiningnan niya ako nang
:nanginginig at sinabing

"?May balak ka bang hiwain ang puso ko, ginoo"

Tumawa ako at sumagot, "Hindi ako doktor. Nakarinig
ka na ba ng taong gumagamit ng gunting para sa
"!operasyon

Sa wakas, nag-aatubili siyang kumuha ng gunting, kaya
pinutol ko ang isa sa mga butones ng kanyang amerikana at
sinabihan siyang huwag nang manahi ng isa pang butones
kapalit nito, at huwag niyang ilagay ang kanyang kamay sa
bahaging nawawala ang butones. Sinabihan ko rin siyang
bumalik sa akin pagkatapos ng dalawang linggo, at
.inaasahan kong gagaling siya sa panahong iyon

Tumawa ang lalaki at sinabing, "Gagawin ko ang hiniling
mo dahil nagtitiwala ako sa iyo, ngunit sa palagay ko ito ang
"!pinakakakaibang gamot na nireseta sa akin

Pagkalipas ng dalawang linggo, tumakbo siya papunta
:sa akin at, gulat na gulat, ay nagsabi

Tiniyak sa akin ng mga espesyalista na gumaling na"
ako sa sakit sa puso. Kaya, alang-alang sa Diyos, ano ang
ginawa mo? Nakabunot ka ba ng dyini mula sa isang
"?butones

Sumagot ako nang nakangiti: "Oo! Ang kamay mo ay
palaging naglalaro sa butones, at ang butones ay nakahanay
"sa puso

Ang butones na iyon ang dyini na nagdudulot ng sakit sa
puso mo. Kaya pinutol ko ang butones at sinabihan kang
huwag itong ibalik o ilagay ang kamay mo sa puso mo. Sa
ganoong paraan, mawawalan ng pressure ang puso mo at
!hindi ka na masasaktan

Mabilis ang lahat ng bagay, at ang mga tao ay abala sa
maraming bagay. Natural lang, mas mabuting umani ng
biyaya ng mundo kaysa mag-aksaya ng oras, hayaang
lumipas ang panahon at mauwi sa kawalan. Ngunit ang
dapat anihin ay ang pinakamayamang ani sa buhay: ang
paglapit sa Diyos at pagkilala sa Kanya. Ang tanging paraan
upang makamit ang tunay na kaligayahan ay ang makamit
ang isang bagay sa mundong ito at ang makamit din ang
.espirituwal na tagumpay

Ang mga nakakakilala sa Diyos ay hindi nagsisimula ng
kanilang pang-araw-araw na tungkulin bago muna magnilay-
nilay sa Diyos at punuin ang kanilang mga isip at katawan
.ng pinagpalang banal na enerhiya

Ang maraming pangangailangan ng mundo ay maaaring
makahadlang sa mga naghahangad ng kanilang mga
espirituwal na layunin at makaligtaan sila mula sa kanilang
napiling landas. Ngunit ang mga may matibay na
determinasyon ay hindi hinahayaang may anumang bagay
na magtulak sa kanila palayo sa kanilang landas; sila ay
nagtitiyaga nang may determinasyon anuman ang mahirap
.o masamang kalagayan

Kahit ano pa ang ibigay sa atin ng mundo, hindi nito
masisiyahan ang pananabik ng ating mga puso, na
naghahangad ng isang bagay na mas matatag, mas

mahalaga, at mas mahalaga kaysa sa lahat ng kayamanan
.at kayamanan ng mundo

Kapag ang isang tao ay namatay—nawa'y mabuhay ka
nang matagal—walang kapangyarihan sa mundo ang
makakagawa ng anuman para sa kanila Sino ang
makakatulong sa atin pagkatapos nating lisanin ang
mundong ito? Diyos Kaya naman, dapat nating laging
tandaan na ang mundong ito ay pansamantalang hintuan
lamang sa ating paglalakbay patungo sa ating makalangit na
tahanan, kung saan tayo ay mabubuhay magpakailanman sa
.piling ng Pinakamaawain

Ang labis na kayamanan ay hindi garantiya ng
kalusugan, kapayapaan, at bisa, ngunit ang pagkamit ng
kapayapaan at bisa ay hahantong sa balanseng tagumpay
.sa parehong espirituwal at materyal na antas

Karamihan sa mga tao ay nagkakaroon ng kahusayan sa
pag-iisip upang makamit lamang ang materyal na tagumpay.
Ngunit kapag ang isang tao ay naging panginoon ng
kanyang sarili at pinamamahalaan ang kanyang mga
sikolohikal na kapangyarihan at kumikilos alinsunod sa banal
na plano, ang kanyang buhay ay pagpapalain, at matitikman
niya ang nektar ng espiritu habang narito sa mundong ito.
Hindi na siya magiging bilanggo ng mga gawi at pagnanasa,
kundi ang kanyang kamalayan ay mababago tungo sa puso
ng banal na presensya, at siya ay mananahan doon na
nagtatamasa ng mga panibagong kasiyahan na hindi
.mailalarawan

Ang katawan ang pinakadakilang parmasya

Natuklasan ng mga mananaliksik sa medisina na kapag
nakakaranas tayo ng labis na kagalakan, ang katawan ay
gumagawa ng mga antidepressant at iba pang mga sangkap
na nagpapababa ng stress na kasinglakas at kasing epektibo

ng mga inireseta ng mga doktor. Ang katawan ang pinakadakilang parmasya sa Mundo, na may kakayahang gumawa ng tamang bagay sa tamang oras kapag tayo ay naaayon sa espirituwal na balanseng inilagay ng Diyos sa .loob natin

Hindi lahat ng stress ay nakakapinsala; ginigising ng stress ang mahalagang enerhiya na dumadaloy sa ating mga katawan at pinasisigla ang aktibidad at paggalaw. Ipinakita ng mga pag-aaral na ang makatwirang dami ng stress ay .kapaki-pakinabang

Ngunit ang problema ay lumilitaw kapag ang stress ay lumampas sa isang malusog na antas

Bawat isa sa atin ay may personal na limitasyon sa stress, at kapag lumampas sa limitasyong iyon, tayo ay nagiging mas stressed kaysa sa nararapat, at maaaring hindi natin ito namamalayan hanggang sa magsimulang lumitaw .ang mga problema sa katawan, emosyon, at isipan

Ang buhay kasama ang Diyos ay kagalakan at kaligayahan, samantalang kung wala ang Diyos ay may pagkabalisa, kaguluhan, kahirapan, at maging sakuna. Kaya paano tayo makakatagpo ng kapayapaan at katahimikan sa isang buhay na pinangungunahan ng mga kalamidad at trahedya, at makapagdudulot ng kaunting kaligayahan sa ?mundong ito

Ang unang kailangan ay ang maging mulat sa mga pressure ng buhay kapag tayo ay nasa ilalim ng .impluwensya ng mga ito

Ang Diyos ay Marunong at Nakakaalam ng Lahat, at pinagkalooban Niya ang ating mga katawan ng mga senyales tulad ng ginhawa, kakulangan sa ginhawa, katahimikan, at pagkabalisa, at dapat nating bigyang-pansin

ang mga senyales na ito. Mayroong banal na katalinuhan sa loob ng ating mga katawan na sumusubok na sabihin sa atin ang isang bagay, at dapat nating pakinggan ang mga mensaheng ito sa mga oras ng stress o pahinga. Kapag nakakaramdam ka ng stress, ituon ang iyong isip sa bahagi ng iyong katawan na nakakaranas ng stress, pagkatapos ay huminga nang malalim at, kasabay nito, dahan-dahang intensine ang bahaging iyon hanggang sa ito ay manginig. Pagkatapos ay magrelaks at bitawan ang tensyon. Makakatulong ito na mapanatili ang masigla at mahalagang balanse sa katawan at protektahan ito mula sa mga .mapaminsalang epekto ng stress

Maaari rin nating pamahalaan ang emosyonal na stress sa pamamagitan ng paghinga. Kapag nakakaramdam ka ng takot o anumang iba pang mapaminsalang emosyon, huminga nang dahan-dahan, malalim, at ritmo nang ilang beses, na hinahayaan ang iyong katawan na magrelaks sa bawat pagbuga ng hangin. Makakatulong ito na mapabagal ang mabilis na tibok ng puso, maibalik ang normal na sirkulasyon ng dugo, mapadali ang daloy ng mahalagang enerhiya sa iyong mga nerbiyos, at makakatulong na .pakalmahin ang iyong isip at linawin ang iyong mga iniisip

Ang buhay ay hindi isang emergency; ito ay isang magandang banal na pagpapahayag, at dapat natin itong tamasahin. Tandaan natin na ang isang ngiti ay isang kapangyarihan; kung hindi natin ito gagamitin, mawawala sa .atin ang isang mahalagang aspeto ng buhay

Ang mga tao ay mga kaluluwa na may mga emosyon at damdamin, at mayroon silang katawan na kanilang isinusuot na parang damit o panlabas na amerikana. Ngunit hangga't nabubuhay tayo sa antas lamang ng katawan at mga emosyon, mahuhulog tayo sa ilalim ng negatibong .impluwensya ng stress at tensyon

Kapag tayo ay naaayon sa ating esensyal na kalikasan, na siyang espiritu, ang kagalakan ng espiritu ay dumadaloy sa puso at nagiging pag-ibig. Ang pagdadama sa pag-ibig na ito, na konektado sa kapayapaan at katahimikan ng kaluluwa, at pagkilos at pakikipag-ugnayan sa ilalim ng maayos na impluwensya nito, ang pinakaangkop na paraan upang mamuhay nang natural sa isang mundong puno ng tensyon at kontradiksyon. Ang pakikipag-ayon sa .kagalakang ito ang solusyon sa mga problema ng buhay

Paalala: Tungkol sa pahayag na: "Ang katawan ay gumagawa ng antidepressant at iba pang mga sangkap na nagpapababa ng stress at tensyon, na hindi gaanong mabisa at epektibo kaysa sa mga inireseta ng mga doktor," hindi ito payo na huwag nang gamitin ang medikal na payo at reseta, .kaya naman kailangan ang paglililaw

Mga ekwasyon ng magnetiko

Isang taong may malakas na presensya at masasamang tendensiya + isang taong mabait ngunit mahina ang loob = ang masamang magnetismo ay nangingibabaw kaysa sa kabaitan

Ang taong mahina ang loob na may masasamang tendensiya + ang taong matigas ang loob na may mabubuting tendensiya = ang magnetismo ng kabutihan ay natatalo ang masama

Mahinang espirituwal na magnetismo + masamang biomagnetismo = malakas na masamang magnetismo

Malakas na kalakasan sa moral + mahinang kalakasan sa moral = mas malakas na kalakasan sa moral

Ang taong galit at marahas + ang taong mahinahon at mabait = ang magnetismo ng galit ay nangingibabaw kaysa sa kahinahunan

Malakas, balanse, at kalmadong ugali + ugali na minsan
ay may tendensiyang maging kawalang-kasiyahan =
nangingibabaw ang pang-akit ng katahimikan

Talamak na nakatanim na pagkabigo + hindi gaanong
nakatanim na pagkabigo = malakas na magnetismo ng
pagkabigo

Malakas na positibong tagumpay + mas kaunting
positibong tagumpay = pinahusay na tagumpay

Malakas na panginginig ng boses ng pagkabigo +
malakas na panginginig ng boses ng tagumpay = alinman sa
malakas na magnetismo ng pagkabigo o malakas na
magnetismo ng tagumpay, depende sa kapaligiran at mga
kondisyon

Isang malakas at matinong pag-iisip + ganap na
kamangmangan = alinman sa katalinuhan at kasanayan o
kamangmangan at kahangalan

Natatanging kapangyarihang espirituwal + natatanging
praktikal na kapangyarihan = Espirituwal na magnetismo -
isang tunay na natatanging praktikal na kapangyarihan

Kung makikita lamang ng mga tao ang napakaraming
nilalang sa eter na nakapalibot sa kanila, marahil ay
susubukan ng ilan na hanapin ang kanilang mga yumaong
mahal sa buhay. Binuksan ng Diyos ang aking mga
espirituwal na mata, at nakikita ko ang marami sa mga
kaluluwang iyon na umalis sa mundo. Sa pamamagitan ng
malalim na pagtutuon sa espirituwal na mata (ang gitna ng
noo), makikita ng isa sa pamamagitan ng panloob na
paningin ang nagliliwanag na mundong tinitirhan ng lahat ng
mabubuting kaluluwa na umakyat sa eteric plane patungo sa
.presensya ng Pinakamaawain

Sa mga tao, ang puso ay gumaganap bilang isang wireless receiver at ang espirituwal na mata bilang isang transmitter. Kahit na hindi mo makita ang iyong mga yumaong mahal sa buhay, kung mahinahon mong itutuon ang iyong damdamin sa puso, mararamdaman mo ang presensya ng mga mahal mo sa buhay na ngayon ay nabubuhay sa mga ethereal na katawan, tinatamasa ang kapayapaan at seguridad ng Diyos at nagagalak sa kanilang kalayaan mula sa mga limitasyon ng katawan, kaya nakakatagpo ka ng ginhawa sa kanilang kapayapaan at ang .iyong puso ay panatag tungkol sa kanila

Kapag binibigkas ko ang pangalan ng Diyos, ang buong pagkatao ko ay natutunaw sa sukdulang kagalakan Ngunit ang kalagayang ito ay dumating lamang sa akin pagkatapos ng matinding pagsisikap Noong una, hindi ako mahilig manabik, dahil ang aking isipan ay naliligaw noon Ngunit ngayon, sa sandaling ituon ko ang aking mga iniisip at kamalayan sa espirituwal na sentro—ang espasyo sa pagitan ng mga kilay—lahat ng mga iniisip ay naglalaho, ang paghinga ay kusang humihinto, ang puso ay humihinto sa pagtibok, ang kaguluhan ng isip ay humuhupa, at ang mga kalagayan ng pagkatao ay bumababa sa kaluluwa, kaya't nararanasan ko ang espirituwal na kaligayahan at nababalot .ng banal na kaligayahan

Mga ginintuang kasabihan

Ang kaligayahan ay aking karapatan, aking mana, at aking nakatagong banal na kayamanan. Gabayan mo ako upang matagpuan sa aking sarili ang mga kayamanang higit .pa sa mga pangarap ng mga hari

* * *

Ang buhay ay isang matalinong paggalaw na may regular na ritmo. Hinuhubog nito ang sarili sa mga bagay na walang buhay, o kumukuha ng buhay at gumagalaw na

anyo. Ang buhay ay sumasaklaw sa lahat ng bagay at
.tumatagos sa lahat ng bagay

* * *

O Pinakamamahal, Ikaw ang buhay, Ikaw ang aking
layunin at mithiin

* * *

Gawin mo akong isang namumulaklak na rosas sa iyong
makalangit na hardin, o isang kumikinang na butil sa iyong
nagniningning na kuwintas ng pag-ibig, o bigyan mo ako ng
pinakadakilang karangalan: ang pinakamaliit na lugar sa
iyong puso

* * *

Kung saan pinahahalagahan ng iba ang aking mga
pagsisikap sa paggawa ng mabuti, doon ako
.makapagbibigay ng pinakamahusay na serbisyo

* * *

Maghabi tayo ng ginintuang alpombra ng mga pangarap
gamit ang mga sinulid na malasutla ng matatamis na alaala
at pinong mga kaisipan

* * *

Ang pag-ibig ay parang papel de liha na nagpapakintab
sa isipan at nag-aalis ng kagaspangan sa pagkatao

* * *

Ang mga pandemya, kalamidad, at marahas na
pagbabago sa kalikasan na nagdudulot ng pagkawasak,
pagkawasak, at malawakang pinsala ay hindi "mga banal na
utos". Ang mga sakunang ito ay nagmumula sa mga iniisip
at kilos ng tao. Saanman ang maselang balanse ng mabuti at
masama sa mundo ay nagugulo ng akumulasyon ng mga
mapaminsalang alon at vibrations na dulot ng masasamang
intensyon at pagkakamali ng tao, naghahari ang kaguluhan
.at nagaganap ang malawakang pagkawasak

* * *

Kukunin ko ang pinakamahusay mula sa bawat tao, at
pahahalagahan ko ang magagandang katangian ng lahat ng

nasyonalidad nang hindi nakatuon sa kanilang mga
.kapintasan

* * *

Kung paano natin pinapahalagahan ang nutritional value
ng ating pang-araw-araw na pagkain, dapat din nating
bigyang-pansin ang mga sikolohikal na sustansya na
.ibinibigay natin sa ating isipan araw-araw

* * *

Ang mabubuting salita ay isang kamangha-manghang
lunas para sa maraming karamdaman, nagtataglay ng isang
malakas, halos mahiwagang, magnetikong puwersa na
nagdudulot ng masaganang pagpapala at kasaganaan sa
kanilang nagsasalita. Ang mga gumagamit ng nakapapawing
pagod at malumanay na mga salita ay nakakaramdam ng
banayad na daloy ng tubig sa pamamagitan nito nang
walang pagkaantala, na napupuno sila ng malalim na
pakiramdam ng katahimikan. Ito ay dahil ang daloy na ito ay
konektado sa mas mataas na pinagmumulan nito, isang
patuloy na daloy na umaabot sa mga kaluluwang naaayon sa
pinagmumulan na iyon, na nagbibigay-daan sa kanila na
magpadala ng kaligayahan sa mga naghahangad ng
.kapayapaan

* * *

Gaano karaming mabubuting salita mula sa puso ang
nakapagpawala ng maraming kalungkutan at gaano
karaming matalinong tinig ang nagliwanag sa madilim na
mga landas gamit ang mga lampara ng kagalakan at
!katahimikan

* * *

Lumalago tayo sa bawat karanasang ating
pinagdadaanan, basta't nauunawaan natin na may
matututunan tayong mahahalagang aral mula rito. Sapagkat
ang bawat sakit at pagdurusa na ating nararanasan ay may
.kahulugan at layunin

* * *

Sa kabila ng kalupitan ng mga eksperimento, para silang apoy na tumutunaw sa iron ore upang gawin itong .maganda, matibay, at maraming gamit na bakal

* * *

Ang lahat ng kahanga-hangang tagumpay sa aking buhay ay nakamit sa pamamagitan ng kapangyarihan ng isang isip na naaayon sa Diyos. Kapag tumatakbo ang banal na generator, lahat ng aking ninanais ay nagkakatotoo nang walang pagbubukod, unang nagkakahugis bilang isang dinakikita, mala-langit na disenyo at pagkatapos ay nagpapakita nang may hindi mapaglabanan na puwersa sa .katotohanan

* * *

Kapag ang isip ay bumulong sa Diyos ng isang taos-puso at maalab na bulong mula sa kaibuturan ng isang nananabik na kaluluwa, ang tawag ng espiritu ay hahawak sa puso ng lahat, at ang sagot ay darating, na may dalang matinding kagalakan. Ang intelektuwal na bulong na ito ay nagpapaunlad ng kalooban hanggang sa magkaroon ito ng lakas na kinakailangan upang makamit ang ninanais na .layunin

* * *

Kapag ang isip at kalooban ng isang tao ay naaayon sa Diyos, sila ay binibigyan ng walang hanggang kapangyarihan, kaya ang pag-iisip lamang tungkol sa isang bagay ay sapat na upang makamit ito, dahil ang banal na batas ay gumagana pabor sa mga taong naaayon sa kataas-taasang kalooban

* * *

Hindi dapat ilaan ng isang tao ang lahat ng kakayahang intelektuwal na ipinagkaloob sa kanya ng Diyos sa paghahangad ng mga bagay na panandalian, dahil baka mawala sila sa labirinto ng materyalismo at lumikha ng mga hindi kinakailangang limitasyon at hadlang para sa kanilang sarili. Sa halip, dapat nilang gamitin ang kanilang mga

kakayahang intelektwal upang makamit ang mga
pangangailangan sa buhay at sikaping paunlarin ang
kanilang mga kakayahang moral upang makilala ang
pagkakaiba sa pagitan ng tama at mali, at sa pagitan ng
kung ano ang nakakapinsala at kung ano ang kapaki-
.pakinabang

* * *

Ang katotohanan ay lampas sa mga opinyon at teorya,
at marami sa mga gumagamit ng pamamaraang ito ay
nabibigatan ng kanilang sariling mga subhetibong
.konklusyon

* * *

Buksan Mo, O Panginoon, ang mga pintuan ng
katahimikan at bantayan ang santuwaryo ng aking mga
espirituwal na kaisipan mula sa mga pag-atake ng
masasamang bulong. At hayaang mamulaklak ang mga
rosas ng aking mga pananabik sa hardin ng aking puso
habang hinihintay ko ang buwang-liwayway ng Iyong
.pagdating

* * *

Hindi makakamit ng kaalamang teoretikal ang banal na
kaalaman, at ipinapayong huwag gugulin ang mahalagang
oras ng isang tao sa mga teoryang hindi maaaring ilapat sa
realidad, kung hindi ay matatagpuan niya ang kanyang sarili
sa gitna ng masukal na kagubatan ng intelektwal at hindi
.kayang malampasan ang saklaw ng mga teorya

* * *

Ang kaligayahan ay bunga ng sikolohikal na tagumpay
laban sa pabagu-bagong mga pangyayari sa buhay

* * *

Siyang kinikilala ng Diyos ay maaaring hindi kilala ng
mundo

* * *

Kung ipoprograma ng isang tao ang kanyang sarili gamit
ang kaalamang teoretikal [nang walang aktwal na

pagsubok], siya ay magiging parang isang portable recording device na inuulit ang mga kawikaan at inuulit ang matatayog na parirala, at ituturing siya ng iba na isang matalinong iskolar, ngunit ang ganitong kaalaman ay hindi pinatitibay ng direktang pagdama sa katotohanan, ni hindi .ito natutumbasan ng espirituwal na tagumpay

* * *

Mananatili ang mga problema sa mundo, kaya saan makakahingi ng gabay at direksyon ang isang tao? Ang mga iniisip ng isang tao, na naimpluwensyahan ng mga gawi, pagtatangi, pagkiling, at panatismo, ay walang silbi, at ang mga impluwensya ng kanyang kapaligiran, pamilya, bansa, o mundo ay hindi kayang magbigay ng tunay na gabay.

Samakatuwid, dapat bumaling ang isang tao sa Diyos at makinig sa mahinahon at payapang tinig na nagmumula sa kaibuturan ng kaluluwa, isang tinig na naaayon sa .katotohanan

* * *

Buksan ang inyong mga puso sa banal na pagbubuhos upang ito ay dumaloy sa inyo at mapuno ang inyong mga .buhay ng mga espirituwal na pagpapala at kabutihan

* * *

Anuman ang iyong trabaho at anumang tagumpay na iyong makakamit, laging tandaan na ang Diyos ang siyang pinagmumulan ng lahat ng lakas na kailangan mo upang .magtrabaho at magtagumpay

* * *

Panginoon, hayaan Mo akong maalala Ka sa kahirapan at kasaganaan, sa sakit at kalusugan, sa kamangmangan at karunungan, at hayaan Mo akong makita ang Iyong pinagpalang liwanag na nagbibigay ng kagalingan at .paggaling sa isang iglap

* * *

Sa pag-iisa ng aking mga iniisip, ninanais kong marinig ang iyong pinagpalang tinig. Ilayo mo sa akin ang malupit at

makamundong mga tinig na nakatago sa mga tupi ng aking
alaala. Nais kong pakinggan ang iyong mapayapa at
malambing na tinig magpakailanman, sa katahimikan ng
.aking kaluluwa

* * *

Ang buhay ay nababalot ng kadiliman, at kung minsan
tayo ay natitisod at nag-aalangan na sumulong. Dapat
nating hayaang ang liwanag ng Diyos ang maging gabay
nating lampara habang tayo ay naglalakad sa madilim na
landas ng buhay. Siya ang kabilugan ng buwan sa mga gabi
ng kamangmangan at kadiliman, ang araw ng ningning sa
mga oras ng paggising, ang tanglaw ng patnubay, at ang
gabay na bituin para sa mga tumatawid sa mga karagatan
.ng makalupang, panandaliang pag-iral

* * *

Panahon na para gisingin ng tao ang kanyang kamalayan
mula sa pagkakatulog ng pagkalimot tungo sa paggising ng
diwa

* * *

Hinihiling namin sa Iyo, Panginoon, na itaas ang aming
kamalayan mula sa kaibuturan ng kamangmangan at
makitid at limitadong mga kaisipan patungo sa mga abot-
tanaw ng kapayapaan, liwanag, pag-ibig, at pangkalahatang
.habag ng tao

* * *

Sa kalaunan ay magiging mas maayos ang mga bagay-
bagay dahil ang mga kapangyarihan at kababalaghan ng
Diyos ay nakatago sa likod ng mga kontradiksyon ng buhay
ng tao, at sinumang hindi kumbinsido sa hindi maiiwasang
sitwasyon at sumusubok na tumagos gamit ang kanyang isip
at pananampalataya sa kung ano ang nasa kabila ng tabing
ay mabubuksan ang pinto para sa kanya na [kakatokin ng
bawat kamay na naniniwala]

* * *

Ang pananampalataya ay hindi kailanman
nangangahulugan ng pagiging pabaya o hindi pagharap
nang matalino sa mga sitwasyon. Sa halip, anuman ang
mangyari, dapat tiyakin ng isang tao sa kanyang sarili na
ang Diyos lamang ang makakasuporta sa kanya sa mahirap
at nakababahalang mga sitwasyon kung siya ay lalapit sa
.Kanya nang buong puso, kaluluwa, at damdamin

* * *

Kung ang ating mga pandama ay naghatid ng buong
katotohanan sa atin, makikita natin ang Daigdig bilang mga
ilog ng mga elektron, at makikita natin ang bawat butil ng
.alibabok bilang isang gumugulong na masa ng liwanag

* * *

Yaong mga tumatagos gamit ang kanilang pananaw
mula sa materyal patungo sa espiritu ay nauunawaan ang
.kalikasan ng ilusyon at nalalaman ang diwa ng katotohanan

* * *

Nasa kagubatan man ng Africa ang isang tao, nasa
larangan ng digmaan, nagdurusa sa sakit o kahirapan, dapat
niyang kumbinsihin ang kanyang sarili na ang kamay ng
Diyos ay mas malakas kaysa sa panganib at may
kakayahang protektahan ang mga taong humihingi ng
.kanlungan sa Kanya

Wala nang mas epektibong paraan upang protektahan
ang sarili. Siyempre, dapat gamitin ang lohika sa pagharap
sa mga pangyayari at kasabay nito ay magkaroon ng lubos
.na pananalig sa tulong ng Diyos

* * *

Ang pag-ibig na nananahan sa puso ng lahat ng nilalang
—ang pag-ibig ng lahat ng ina, ama, kaibigan, at mga mahal
sa buhay—ay nagmumula sa banal na pag-ibig

* * *

Dapat gumawa ng pagkakaiba sa pagitan ng mga
pangunahin at maliliit na tungkulin, na inuuna ang
pinakamahalaga kaysa sa mga mahalaga lamang. Bukod pa
rito, walang tungkulin ang dapat sumalungat sa isa pa.
Sinasabi sa atin ng mga banal na kasulatan na kapag ang
isang tungkulin ay sumasalungat sa isa pa, ito ay katibayan
.na hindi ito isang tunay na tungkulin

* * *

Habang kumakalat ang mahahalagang sinag ng araw,
ikakalat ko ang mga sinag ng pag-asa sa mga puso ng mga
mahihirap at mga pinabayaan [mga taong pinabayaan ng
lipunan], at magtatanim ako ng bagong determinasyon sa
.mga puso ng mga taong nag-iisip na sila ay mga bigo

* * *

Sinabi ng gurong si Paramahansa sa isa sa kanyang
mga disipulo: "Huwag mong ibukod ang sinuman sa iyong
bilog ng pag-ibig. Panatilihin ang lahat sa iyong puso at
".pananatilihin ka rin nila sa kanila

* * *

Panginoon, tulungan mo akong laging gamitin ang aking
kalooban upang maisakatuparan ang mga kapaki-
.pakinabang at mabubuting gawa
Tulungan mo akong sumunod sa Iyong kalooban upang
ang lahat ng aking mga iniisip ay tumugon sa Iyong mga
.layunin at naaayon sa Iyong kalooban
Tinulungan niya akong gisingin ang nakatago at
pinagpalang kapangyarihan sa loob ko upang malampasan
.ko ang lahat ng kahirapan at pagsubok

* * *

Gumising sa matapang at mapagpakumbabang
espirituwal na personalidad – isa na pinagsasama ang lakas
ng mga leon at kahinahunan ng mga kalapati

* * *

Hindi ako maaabala ng mapait at maling kritisismo, ni
ng labis na papuri at pambobola. Ang tanging hangarin ko ay

sundin ang iyong kalooban, O Panginoon, at makamit ang
.iyong pabor

* * *

Hindi mo maisip ang labis na kagalakan na pupuno sa
iyo kapag naramdaman mo ang banal na presensya. Ang
iyong kaluluwa ay malalasing sa walang hanggang pag-ibig
ng Diyos. Ito ay isang pag-ibig na nakahihigit sa anumang
pag-ibig ng tao nang milyun-milyong beses—isang pag-ibig
na tumutupad sa lahat ng iyong mga hangarin at pumupuno
.sa iyong puso ng kagalakan at kasiyahan

* * *

Sa pamamagitan ng panloob na pokus, maaari mong
direktang maranasan ang espirituwal na kaligayahan sa loob
mo at sa paligid mo. Kung iyong linangin ang kamalayang
ito, ang iyong personalidad ay lalago nang maayos, at
magkakaroon ka ng kaakit-akit na magnetismo para sa mga
.tao at iba pang nilalang

* * *

O Dakilang Tagapagtanggol, wala akong pakialam kung
mawala ang lahat dahil sa aking kapalaran, na aking sariling
kagagawan, ngunit hinihiling ko sa iyo, aking tanging
kanlungan, na protektahan ang kandila ng aking pag-ibig
para sa iyo mula sa mga hangin ng kapabayaang at
.pagkalimot

* * *

Uminom tayo nang husto sa dalisay at nakakapreskong
tubig ng kapayapaan na dumadaloy mula sa mga bukal ng
kanais-nais na mga kalagayan, na pinatitibay ng ating
matibay na paninindigan na mag-isip nang positibo at
.magkaroon ng optimistikong pananaw

* * *

Ang konsensya ay isang intuwisyon na nagpapakita ng
tunay na kalikasan at mga motibo ng isang tao. Kapag
malinis ang iyong konsensya, at alam mong ginagawa mo
ang tama, wala kang dapat ikatakot. Ang malinis na

konsensya ay isang patunay ng mabuting pag-uugali mula sa Diyos. Ang pagiging napawalang-sala sa hukuman ng konsensya ay nangangahulugan ng pagkakaroon ng kaligayahan at pagtanggap ng mga pagpapala ng Diyos

* * *

Subukang gumawa ng mga bagay na matapang at kasiya-siya na hindi ginagawa ng karamihan, at magbigay ng pagmamahal at kapayapaan sa mga taong hindi napapansin .ng iba

* * *

Sinabi ng gurong si Paramahansa sa isa sa kaniyang

:mga disipulo

Kung hindi ka maglalaan ng oras sa paglinang ng isip,"

kahit gaano karaming materyal na kasaganaan ang makapagbibigay sa iyo ng kasiyahan. Ang paglinang na ito ay hindi pagpapahirap kundi pagsasanay ng kamalayan upang pangalagaan ang mga kaisipan at kilos na ".humahantong sa kaligayahan

Ang kaligayahan mo ay ang iyong tagumpay, kaya

huwag mong hayaang nakawin ito sa iyo ninuman.

Protektahan ang iyong sarili mula sa mga taong nagtatangkang mang-istorbo sa iyo. Noong bata pa ako, nawawalan ako ng pasensya tuwing may nagkakalat ng mga maling tsismis tungkol sa akin. Kalaunan, napagtanto ko na mas mahalaga ang aking kapayapaan ng isip kaysa sa .pagsang-ayon o paghanga ng mga tao

* * *

Kung alam mo lang sana ang kwento ng banal na pag-ibig na nararanasan ng ilang deboto sa Diyos! Walang ibang karanasan sa buhay ang maihahambing sa kagalakang iyon.

May kilala akong isang santo na patuloy na nakalubog sa pag-ibig ng Diyos, at ang kanyang mukha ay nagniningning ng banal na pag-ibig. Ang mata ng Diyos ay laging nasa mga

nagmamahal sa Kanya, at hindi Niya sila pinababayaan kahit
.isang sandali

* * *

Kaunti lang ang mga interesado sa pagpapaunlad ng
kanilang mga kakayahang pangkaisipan at espirituwal

* * *

Huwag mong hayaang lumubog ang iyong sarili sa ilalim
ng pagpapaliban. Bumangon mula sa pagkakatulog ng
nakakabagot na ordinaryong realidad at humakbang
patungo sa mga abot-tanaw ng isang pinong buhay kung
.saan mayroong tagumpay, kagalakan, at kapayapaan

* * *

Sa loob mo ay naroon ang napakalaking potensyal na
naghihintay na mamuhunan, at ikaw lamang ang may
.kakayahang paganahin at makinabang mula rito

* * *

Ang kalayaan mula sa mga utos ng masasamang gawi
at hindi malusog na mga hilig ay nagdudulot ng higit na
kaligayahan kaysa sa materyal na tagumpay
Ang tagumpay sa panitikan ay nagdudulot ng sikolohikal
na kaligayahan na hindi kayang alisin sa iyo ng mga
.panlabas na pangyayari

* * *

Maaari mong gugulin ang lahat ng iyong oras sa pag-
iipon ng pera, ngunit ang perang iyon ay hindi magbibigay
sa iyo ng pangmatagalang kapayapaan at seguridad na
iyong hinahanap. Sa kabaligtaran, magdudulot ito sa iyo ng
mas maraming kalungkutan dahil ang kaligayahan at
.kapayapaan ay nasa isip, hindi sa mga bagay mismo

* * *

Huwag mong hayaang ang kahinaan ay tumagos sa
iyong isipan, at maging maingat sa pakikisalamuha sa mga
taong may negatibong kaisipan at pesimistikong pananaw,
dahil baka ang kanilang mahihinang kaisipan ay tumagos sa
iyong isipan, maliban na lang kung ang iyong isipan ay

umabot na sa isang antas ng kalakasan na hindi na ito
kayang pahinain ng mga kaisipan ng iba, bagkus, sa
kabaligtaran, nagagawa nitong palakasin ang mga kaisipan
.ng iba at pahasayin ang kanilang tiwala sa sarili

* * *

Ang Diyos ang inuuna, at hindi natin dapat simulan o
tapusin ang ating araw nang hindi Siya iniisip. Dapat nating
tandaan na kung wala ang lakas at enerhiyang natatanggap
natin mula sa Diyos, hindi natin magagawa ang alinman sa
ating mga gawain. Ito ang ating pinakadakilang tungkulin sa
.Kanya

* * *

May paraan upang suriin at husgahan ang mga
kaugalian at tradisyon. Sa simula, ang bawat tradisyon ay
may katwiran. Kung matutuklasan natin na ang katwiran ay
totoo pa rin, kung gayon ang tradisyon ay may kahulugan at
pakinabang. Gayunpaman, hindi matalino na sundin ang
mga tradisyon nang walang taros. Dapat nating malaman
kung ano ang tama at sundin ito, alamin kung ano ang
maaaring magdulot sa atin ng kaligayahan at pagkatapos ay
.ilapat ito

* * *

Kapag nakakita ka ng napakaraming tao na kulang sa
kaligayahan o tagumpay, huwag mong isipin na iyon na ang
kanilang kapalaran. Maaari mong gawin ang anumang gusto
mo. Ang panloob na tagumpay mo ang tunay na
.nagpapatagumpay sa iyo

* * *

Kung wala kang laman sa iyong sarili, hindi ka magiging
masaya. Ngunit kung wala kang laman sa paligid mo at
masaya ka sa iyong sarili, walang alinlangan na ikaw ay
matagumpay. Kaya, imposibleng husgahan ang mga tao
.batay sa kanilang panlabas na kalagayan

* * *

Sa gitna ng napakaraming tao, maaaring may isang
taong nakarating na sa isang kalagayan ng espirituwal na
kataas-taasan at nagtatamasa ng panloob na kapayapaan at
.sukdulang espirituwal na kaligayahan

* * *

Alam kong tiyak na lahat ng kailangan ko ay darating sa
akin, kaya hindi ako nag-aalala tungkol sa kung ano ang
naghihintay sa hinaharap. Hindi ito pagmamayabang o
pagkukunwari, dahil naranasan ko na ang gawa at bisa ng
pinagpalang kapangyarihang iyon sa aking buhay nang
.maraming beses

* * *

Lumulutang man ako sa ibabaw ng buhay o nalulunod
sa kailaliman ng dagat, alam kong kasama ko ang Diyos at
Siya ay kasama ko, at walang makakasakit sa akin. Ang
kaalamang iyon ay nagbigay sa akin ng di-malarawan at
.malalim na kaligayahan

* * *

Walang duda na ang pagbili ng bago ay isang kasiya-
siyang karanasan. Ngunit pagkaraan ng ilang sandali, ang
masayang pakiramdam na iyon ay unti-unting nawawala, at
maaari mo pa ngang tuluyang mawalan ng interes dito,
makalimutan ito at maghangad ng iba. Gayunpaman, ang
singil para sa bagay na iyon ay hindi malilimutan, lalo na
!kung binili mo ito nang hulugan

* * *

Dapat kontrolin ng isang tao ang kanilang buhay at
pasimplehin ito hangga't maaari. Dapat silang mag-ipon ng
pera para sa mga pangangailangan at emergency, unahin
ang pag-iipon kaysa sa paggastos sa mga luho, at tulungan
ang iba sa abot ng kanilang makakaya. Kapag tinulungan mo
ang iba, darating ang tulong sa iyo sa iba't ibang paraan, at
.wala kang kukulangin at wala kang mawawalan

* * *

Sa kagalakan ng lahat ng puso, naririnig ko ang
alingawngaw ng Iyong kaligayahan, O Panginoon, at sa
pagkakaibigan ng lahat ng tapat, nararamdaman ko ang
Iyong pag-ibig, ako'y nagagalak at ang puso ko'y nagagalak
sa tagumpay at kasaganaan ng aking mga kaibigan, tulad ng
aking pagsasaya sa aking sariling kagalingan at
kaginhawahan. Habang nagbibigay-inspirasyon ako ng
karunungan sa iba, pinararami ko ang mga kayamanan ng
aking sariling karunungan, at sa kaligayahan ng lahat,
.natatagpuan ko ang aking sarili

* * *

Ang pinakamalaking kaaway ng kaligayahan ay ang
pangungutang ng pera para makabili ng mga luho. May mga
taong nagkakamali sa paniniwalang hindi sila magiging
masaya hangga't hindi sila nakakakuha ng isang partikular
na bagay. Ngunit kahit na matapos nilang makuha ang
bagay na iyon, hindi nila mararanasan ang tunay na
kaligayahan, sa kabila ng pansamantalang kagalakang dulot
nito. Ano ang saysay ng paghabol sa ilusyon ng
kaligayahang panlupa na nangangakong masisira lamang?
Dapat mamuhay nang simple ang mga tao, nang hindi
nangangailangan ng maraming ari-arian na nangangailangan
.ng patuloy na atensyon

* * *

Ang paraiso ko ay nasa loob ko. Habang tinatamasa ko
ang mga pagpapala ng Diyos, nagpapasalamat ako sa
Kanya, at ang aking panloob na kagalakan ay lumalago.
Kung wala ang panloob na kasiyahan iyon, maging ang
mga kasiyahan at kagalakan sa mundo ay nagiging
impverno. Napagtanto ko na kung wala ang panloob na
kagalakang iyon, ang pasanin ng mga responsibilidad na
ipinataw sa akin ay maaaring mag-alis sa akin ng aking
.kapayapaan at kaligayahan

* * *

Kung ang kayamanan ay kaakibat ng sakit at mga problema, ang mga kahihinatnan ay magiging marami. Ang kalinisan at pangangalagang pangkalusugan ay kabilang sa mga kalakasan ng Kanluran. Ang mga mapaminsalang insekto at nakamamatay na mikrobyo ay epektibong kinokontrol sa mga mauunlad na bansa, habang sagana ang mga ito sa iba. Ngunit ang pagpuksa sa mga pesteng ito ay hindi ang tugatog ng tagumpay, dahil may iba pang mga uri ng paghihirap na umiiral sa mga mauunlad na bansa, tulad ng mga mahirap bayarang bayarin at nakakasakal na krisis sa pananalapi dahil sa mga sistema ng pagbili ng hulugan—mga paghihirap na nakakagambala sa pagtulog at sumisira .sa kapayapaan ng isip

* * *

Tayo ay mahalagang bahagi ng parehong kamalayan .kung saan nagmula ang dakilang sansinukob na ito

* * *

Nakakita ka na ba ng kawan ng mga tupa? Kapag ang isa sa kanila ay tumalon, gagayahin ito ng iba nang walang pag-aalinlangan. Karamihan sa mga tao ay ganoon. Maaaring may makaisip ng ideya o magpasimula ng bagong uso, at ang iba ay agad na sasali at gagayahin ito. Ang ganitong pamamaraan ay nagpatuloy sa loob ng maraming henerasyon. Bawat bansa ay may mga kaugalian at tradisyon, at hindi natin masasabing lahat ng mga ito ay tama o maayos. Ngunit sino ang nakakaalam? Marahil ang ilan sa mga kaugalian at tradisyong iyon ay walang .kabuluhan at walang saysay

* * *

Kapag humupa ang magulong bagyo ng mga kaisipan, papasok tayo sa kaharian ng kapayapaan at mahahawakan ang banal na presensya

* * *

Isipin ang Diyos, o ang isang magandang tanawin na nagbibigay-inspirasyon ng kapayapaan, o ang isang masaya

at kasiya-siyang karanasan. Ang positibo at mahinahong
aktibidad sa pag-iisip ay nakapagpapalakas at
.nakakapresko

* * *

Nabubuhay tayo sa isang magulong at magulong
mundo. Maaaring iniisip mo na ang pera ay
nangangahulugang kaligayahan, ngunit kapag nakuha mo na
ito, matutuklasan mong hindi ka pa rin masaya. Maaari kang
magkaroon ng kayamanan at—huwag nawang ipahintulot ng
Diyos—mawalan ng iyong kalusugan. O maaaring mayroon
kang mabuting kalusugan at mawala ang iyong pera. O
maaaring mayroon kang parehong kayamanan at kalusugan
ngunit dumaranas ng maraming problema sa iba, na nag-
aalok lamang ng kabaitan na sinasalubong ng sama ng loob
at poot bilang kapalit. Kung wala ang Diyos, walang anuman
sa buhay na ito ang tunay na makapagbibigay-kasiyahan sa
.iyo

* * *

Ang mundo ay nagiging silid ng pagpapahirap para sa
mga taong nabubuhay nang walang kaalaman sa banal na
plano. Ngunit kapag tiningnan mo ang mga karanasan sa
buhay bilang iyong mga guro at natututo mula sa mga ito
ang tunay na katangian ng mundong ito at ang iyong
itinalagang papel sa kosmikong drama, ang mga karanasang
iyon ay nagiging mahalagang liwanag sa landas tungo sa
.pangmatagalang kasiyahan at kaligayahan

* * *

Doon, sa kabila ng walang-dilim na kadiliman, ang
walang tunog na katahimikan, at ang hindi nilikhang
kawalan, ay nakasalalay ang walang hanggang esensya, na
siyang pinagmulan ng pag-iral at ang pinagmumulan ng
.lahat ng kapangyarihan at nilalang, nakikita man o hindi

* * *

Hindi nilikha ng Diyos ang mundong ito para lamang sa
atin upang kumain, matulog, at mamatay, kundi upang

malaman natin ang Kanyang kalooban at maunawaan ang
layunin ng ating pag-iral. Naunawaan na ng iilang
matatalinong tao ang kahulugan ng planong kosmiko, ngunit
karamihan sa mga tao ay bulag at walang kamalayan sa
.layuning iyon

* * *

Hindi kailanman naging layunin ko ang pera sa buhay;
ang layunin ko ay paglingkuran ang aking mga kapatid sa
sangkatauhan. Kaya naman, binuksan ng Diyos ang
maraming pinto ng pagkakataon para masuportahan ko ang
.aking sarili at matupad ang aking misyon

* * *

Nilikha ng Diyos ang sansinukob na ito upang gumana
ayon sa isang nakapirmi at hindi nagbabagong batas. Kung
lalabagin natin ang alinman sa mga pangkalahatang batas
na ito, pinaparusahan natin ang ating sarili. Ang sinumang
tumalon mula sa bubong ng isang mataas na gusali ay
mababali ang kanyang mga buto. Samakatuwid, hindi natin
maaaring balewalain ang batas ng grabidad nang hindi
.nadarama ang mga kahihinatnan nito

* * *

Kapag ating malalimang sinuri ang mga kabihasan ng
mundo at ginalugad ang mga nakatagong lihim ng mga
sinaunang kabihasan, isang malawak na larawan ang
lumilitaw, na may magkakaugnay na mga linya,
magkakaibang mga kabanata, at mga tiyak na detalye, at
ating matutuklasan na ang tao ay parehong indibidwal at
.panlipunan sa kalikasan nang sabay

* * *

Kung nais ng Diyos na mamuhay lamang tayo sa
materyal na kamalayan, lubos tayong masisiyahan sa mga
materyal na bagay at masisiyahan sa mga makamundong
.gawain

* * *

Ang mga sinag ng kadalisan, kapayapaan, at kaligayahan na lampas sa mga pangarap ay kumukurap at sumasayaw sa ating kaibuturan

* * *

Sa bawat karanasang lumilitaw sa kalangitan ng ating buhay sa paglalakbay nating ito sa lupa, dapat nating matutunan kung paano palawakin ang ating kamalayan at kung paano maging mas maunawaan ang mga pangyayaring nakapaligid sa atin o ating pinagdadaanan, at sa gayon ay mamumuhay tayo nang may mas maayos na pagkakaisa at .mas maayos at ligtas na makitungo sa mga tao at sa buhay

* * *

Karamihan sa mga tao ay ginagaya ang iba. Ang isang tao ay dapat maging orihinal at malikhain, at maging .dalubhasa sa lahat ng kanilang ginagawa

Sa Silangan, ang pangunahing pokus ay ang paglinang ng espirituwal na kaligayahan, habang ang mga materyal na aspeto ng buhay ay madalas na napapabayaan. Sa Kanluran, may ilang materyal na kaginhawahan ngunit napakakaunti ng sikolohikal na kaligayahan. Ang kailangan ay isang balanse sa pagitan ng dalawa, dahil ang pagtuon sa isang aspeto lamang ng buhay ay humahantong sa kawalan ng balanse at kawalan ng kakayahang harapin ang mga .pangangailangan ng buhay nang makatwiran

* * *

Ang pinakadakilang kaligayahan - pagkatapos ng banal na kaligayahan - ay ang maging mapayapa ang isang tao sa kanyang mga malapit na kamag-anak na kanyang .makakasama araw-araw sa buong taon

* * *

Maraming oras ang nasasayang ng mga tao sa pagmamadali at pagkilos nang padalos-dalos nang walang gaanong

nagagawa. Kaunting paghinto upang magnilay-nilay at
.subukang unawain kung ano ang maiaalok ng buhay

* * *

Dapat tayong magsikap na magtayo ng mga panloob na
gusali ng karunungan sa mga hardin ng kapayapaan na
yumayabong at nagniningning na may hindi mabilang na
mga bulaklak ng kahanga-hangang espirituwal na mga
.birtud

* * *

Ang panloob na pagkakasundo ay isang masaganang
pinagmumulan ng lakas at lumilikha ng nababagong
enerhiya

* * *

Sa pagtingin sa buhay, matutuklasan ng isa na ang
tagumpay ay hindi madali. Ang buhay ay kadalasang malupit
at walang patawad, at kailangan nating magsumikap upang
kumita ng ikabubuhay. Isipin ang pagsisikap na
kinakailangan upang mapanatili ang iyong katawan at
mapanatili itong malusog at malaya sa sakit! Kahit na
magtagumpay ka rito, ang tagumpay na iyon ay
pansamantala lamang. Ang katawan—nawa'y mabuhay ka
nang matagal—ay kalaunan ay ililibing. Ang
pangangailangan ay nagdidikta ng pakikipaglaban sa
maraming puwersa, kapwa panloob at panlabas, upang
makamit ang ninanais na tagumpay. Ang mga puwersang ito
ay walang pagod na nagtatrabaho upang agawin sa iyo ang
.anumang tunay na makabuluhang mga nagawa

* * *

Sikapin manatiling kalmado sa lahat ng pagkakataon,
at hayaang mamukadkad ang binhi ng iyong kapayapaan
.nang may saya at mga ngiti ng kasiyahan

* * *

Kahit ang pinakadakilang mga banal ay hindi makakamit
ang ganap na kaligtasan maliban kung ibabahagi nila ang
kanilang tagumpay sa iba, ibig sabihin, ang kanilang mga

espirituwal na karanasan at mas mataas na kaalaman, sa pamamagitan ng pagtulong sa kanila na makamit ang banal .na kaalaman

* * *

Dahil dito, ang mga nakarating sa mga yugtong iyon at nakakamit ang mga kalagayang iyon ay sabik na magbigay ng pag-unawa sa mga nangangailangan nito. Kung nais mong makamit ang tunay na tagumpay, hindi lamang ang iyong sariling personal na kaligayahan ang iyong masisiguro .kundi pati na rin ang kaligayahan ng iba

* * *

Kahit sinong may katalinuhan ay maaaring kumita ng pera. Ngunit kung mayroon silang pagmamahal sa kanilang puso, hindi nila kailanman gagamitin ang perang iyon para sa makasariling layunin; sa halip, ibabahagi nila ito sa iba. Ang pera ay isang sumpa at isang kasawian sa kamay ng mga makasarili at kuripot, at isang biyaya at isang regalo sa kamay ng mga may mabubuting puso at mapagbigay na .kaluluwa

* * *

Maaaring piliin ng isang tao na manahimik nang matagal na panahon, at tumangging makipag-usap sa mga miyembro ng kanilang pamilya sa panahong iyon. Bagama't maaaring makamit ng taong ito ang ilang panloob na kapayapaan bilang resulta, ang kanilang pag-uugali ay makasarili at nakakapinsala sa kaligayahan ng kanilang pamilya. Hindi sila maituturing na tunay na matagumpay maliban kung ang kanilang mga mahal sa buhay ay .makikinabang din sa kanilang tagumpay

* * *

Gayundin, ang pagkamit ng materyal na tagumpay ay hindi lamang ating karapatan na magtamasa ng kagalingan nang mag-isa, kundi pati na rin ang ating moral na responsibilidad sa iba sa mga tuntunin ng pagtulong sa

kanila na mapabuti ang kanilang materyal na kalagayan at
.kalagayan sa pamumuhay

* * *

Protektado ako sa likod ng aking malinis na konsensya.

Sinunog ko na ang madilim na nakaraan at ang ngayon na
.lang ang inaalala ko

* * *

Ngayon ay napagtanto ko na ako ay kaisa ng liwanag ng
pinakadakilang kabutihan at ako ay isang tanglaw para sa
mga taong nakikipaglaban sa mga alon ng dagat ng
.kalungkutan

* * *

Iba-iba ang pananaw at teorya ng mga tao tungkol sa
tagumpay, depende sa kanilang mga ambisyon sa buhay.
Hindi bihira na marinig ang ilang tao na inihahalintulad ang
tagumpay sa pagnanakaw, na sinasabi ang mga bagay tulad
ng, "Isa siyang matagumpay na magnanakaw!" Binibigyang-
diin nito na ang tagumpay sa lahat ng anyo at uri nito ay
kanais-nais at hinahangad. Gayunpaman, ang ating
.tagumpay ay hindi dapat makapinsala sa iba

* * *

Mayroon ding isa pang pamantayan para sa tagumpay:
kapag nakakamit natin ang maayos at kapaki-pakinabang na
mga resulta para sa ating sarili, dapat din nating isama ang
iba sa ating tagumpay at ibahagi ang mga bunga nito sa
.kanila

* * *

Ang tagumpay ay nangangahulugang kasiyahan at
kasiyahan ng isang tao sa loob ng kanilang kapaligiran. Ang
tunay na tagumpay ay bunga ng mga kilos na nakabatay sa
mga prinsipyo ng katuwiran, at saklaw nito ang kaligayahan
at kagalingan ng iba bilang mahalagang bahagi ng sariling
kaligayahan. Kung ilalapat natin ang prinsipyong ito sa ating
materyal, intelektwal, moral, at espirituwal na buhay,

magkakaroon tayo ng kumpleto at komprehensibong
.kahulugan ng tagumpay

* * *

Dito sa limitadong mundong ito, nauunawaan natin ang
haba, lapad, at densidad, ngunit may isa pang antas kung
saan walang mga dimensyon; lahat ay malinaw at malinaw—
lahat ay kamalayan at persepsyon. Ang panlasa ay
persepsyon, gayundin ang pang-amoy. Ang ating mga
damdamin, kaisipan, at katawan ay mga estado ng
kamalayan. Tulad ng ating nakikita, naririnig, naaamoy,
nalalasaan, at nahahawakan sa mga panaginip, gayundin,
sa mas mataas na antas na iyon, nararanasan natin ang
lahat ng mga sensasyong ito sa pamamagitan ng purong
.kamalayan

* * *

O Panginoon, pasayahin Mo kami sa pamamagitan ng
pagdama sa Iyong kalapitan, palayain Mo kami mula sa mga
tanikala ng mga pagnanasa, at bigyan Mo kami ng panloob
na kagalakan na hindi naaapektuhan ng mga karanasan sa
.buhay at ng mga nagbabagong pangyayari nito

* * *

Kapag ang ating mga isipan ay naaayon sa mas
matataas na pananaw, ang espirituwal na kamalayan ay
nagigising sa loob natin at nararanasan natin ang mga
kamangha-manghang kababalaghan ng banal na
.karunungan at pag-ibig

* * *

Kung lubos nating mamahalin ang Diyos at babalik sa
Kanya nang buong puso at isipan, madarama natin na
malapit tayo sa Kanya at matutuklasan natin na Siya ang
.pinakadakilang kanlungan ng seguridad sa buhay

* * *

Sa tila walang laman at walang laman na espasyo,
mayroong isang kosmikong koneksyon at buhay na walang
hanggan na nag-uugnay sa atin sa lahat ng mga bagay na

may buhay at walang buhay sa sansinukob, isang alon ng
.dakilang buhay ang dumadaloy sa lahat ng bagay na umiiral

* * *

Ang kawalang-hanggan ang ating tunay na tahanan at
permanenteng tahanan, at ang ating pag-iral sa mga
katawang ito ay pansamantala lamang, tulad ng isang
maikling pahinga para sa isang karaban na naglalakbay sa
.disyerto

* * *

Kapag iniayon natin ang ating mga sarili sa mga
malikhaing puwersa ng espiritu, makakakonekta tayo sa
unibersal at walang hanggang kaisipan na may kakayahang
gumabay sa atin at lutasin ang ating mga problema, ang
malikhaing kapangyarihan ay dadaloy sa atin nang walang
patid mula sa pinakadakilang pinagmumulan ng ating
pagkatao, na magbibigay-daan sa atin upang makamit ang
malikhaing tagumpay sa anumang larangan ng ating
.aktibidad

* * *

Ang pag-ibig ay lumalago at yumayabong sa isang
kapaligirang puno ng tiwala, pagpaparaya, at paggalang sa
isa't isa

* * *

Pagpalain mo kami, O Panginoon, ng liwanag ng mga
dalisay na kaisipan at mabubuting gawi, upang kung ang
kadiliman ng masasamang gawi at lihis na mga kaisipan ay
lumapit sa amin, ito ay agad na mapawi. At tulungan mo
kaming mahalin Ka nang may napakalalim na pag-ibig na
hindi kami mabibitag o mabihag ng mga materyal na ilusyon
.o makamundong mga tukso ang aming mga isipan at puso

* * *

Ang mga bagay na madaling makuha ay bihirang
mahalaga. Alam natin ito mula sa pag-aaral ng buhay ng
mga dakilang lalaki at babae at kung paano sila naging
dakila sa pamamagitan ng pagpapaunlad ng kanilang mga

talento, pagtupad sa kanilang mga tungkulin, pagbuo ng kanilang mga moral na pagpapahalaga, malalim na pag-aaral, at pag-iwas sa pagkamakasarili. Ngunit ang mga resultang kanilang nakamit at ang mga nagawang kanilang nakamit ay hindi masukat na mas malaki kaysa sa .pagsisikap na kanilang ginugol

* * *

Ang tunay na kalayaan ay nakasalalay sa kalayaan sa pagpili na ginagabayan ng karunungan at sinusuportahan ng .pang-unawa, kawastuhan, at matatag na kalooban

* * *

Kapag ginising mo ang iyong kalooban, determinasyon, at malay na pag-unawa, ang mga hindi nakikitang puwersa ay pinakakawalan mula sa mas mataas na kamalayan—sa pamamagitan ng pananaw ng kaluluwa—upang tulungan ka at liwanagan ang mga landas na patungo sa sikolohikal na .ginhawa at kaligayahan, sa tulong ng Diyos

* * *

Dapat buksan ng isang tao ang mga daluyan ng kaluluwa sa pamamagitan ng sarili niyang pagsisikap.

Walang sinuman ang kusang pipili ng pagdurusa at paghihirap kaysa sa kapayapaan at kaligayahan. Ang kamangmangan ang ugat ng pagdurusa at ang balakid na dapat alisin at alisin. Ang kamangmangan ay isang mapaminsalang damo, malalim ang pagkakaugat, na tumutubo sa hardin ng sangkatauhan at nagtataboy sa .mabubuti at kapaki-pakinabang na mga halaman

* * *

Ang kamangmangan ay dapat malampasan ng matibay na kalooban at matatag na determinasyon. Ang lupa ng isipan ay dapat linangin nang may nakatuong atensyon [sa positibo], at ang mabubuting buto ay dinidiligan ng tubig ng pananampalataya. Kapag ang masigla at mainit na sinag ng pag-ibig ay sumikat, ang binhi ng kabutihan ay tutubo at dadaigin ang mga damo at mga halamang parasito,

sapagkat ang kadiliman ay hindi maaaring umiral sa
.presensya ng liwanag

* * *

Ang mga kasiyahan ng mga materyal na bagay ay
kumukupas at nawawala, ngunit ang banal na kagalakan ay
hindi kailanman kumukupas. Ito ay isang banal na
.kaligayahan na walang hanggan at hindi mailalarawan

* * *

Hindi tayo dapat gumamit ng mga maling pamamaraan
upang makamit ang kaligayahan, ni hindi natin dapat
talikuran ang kapayapaan at espirituwal na kayamanan na
taglay natin sa paghahangad ng mapanlinlang na
kaginhawahan at isang kumikinang na buhay na maaaring
nakasabit sa atin ng mga mala-impyernong kilos at pag-
.uugali na may mapaminsalang epekto

* * *

Ang katahimikan ang pinakamahusay na kamera para
makuha ang banal na presensya. Sa pamamagitan ng lente
ng dalisay at tumpak na nakapokus na katahimikan, ang
pinagpalang imahe ay lilitaw nang may perpektong
.kalinawan

* * *

Sa katunayan, ang lahat ng karunungan ay nasa loob
mo at ang kailangan mo lang ay maging malay dito

* * *

Ang tunay na kasiyahan ay nakasalalay sa pagpapabuti
ng sarili, kung kaya't ang iba ay hahanapin ka sa halip na
ikaw ang maghanap sa kanila. Ang pag-ibig at
pagkakaibigan ay dapat ibigay nang malaya, nang walang
inaasahan o hinihingi. Ang inaasahan ay nagdudulot lamang
ng paghihirap at kalungkutan. Kahit na nagsusumikap para
sa pagpapabuti ng sarili, ang isa ay dapat na manindigan

nang mag-isa, ligtas at payapa sa loob ng kuta ng sariling
.mga birtud at pagpapahalaga sa sarili

* * *

Nawa'y ang mga talon ng kagalakan at optimismo ay
laging dumaloy mula sa aking puso, at nawa'y ang kanilang
nakakapreskong timpla ay dumampi sa lahat ng aking
makakasalamuha

* * *

Ang espirituwal na kagalakan ay lumilikha sa kaluluwa
ng pagnanais na tumulong sa iba sa lahat ng paraan, at
nagpapaunlad ng kakayahang pahalagahan ang pinong
moral na kasiyahan na humahantong sa kaligayahan, sa
gayon ay binabawasan ang pagkahilig sa mga bastos na
.kasiyahan

* * *

Gaano man kaliit ang iyong papel, nananatili itong
kasinghalaga ng mga pinakadakilang papel sa usapin ng
pag-aambag sa tagumpay ng kosmikong dula na
.ginagampanan ng mga kaluluwa sa entablado ng buhay

* * *

Ang ganap na kamalayan ay isang ganap at walang
katapusang kamalayan, na patuloy na binabago ang sarili
nito at ang pagkamalikhain nito ay hindi nauubos, at sa
pamamagitan mo ay sinusubukan nitong ipahayag ang isang
.natatanging aspeto ng sarili nito

* * *

Kahit minsan lang matikman mo ang banal na pag-ibig,
hindi mo ito susukuan dahil wala nang katulad nito sa buong
.sansinukob

* * *

Ang mga nakakakilala sa Diyos ay umabot na sa
napakataas na antas ng espirituwalidad, kung kaya't hindi
na sila nasisiyahan sa pagbibigay lamang ng espirituwal na
payo sa mga makasalanan, kundi maaari na - sa
pamamagitan ng biyaya at tulong ng Diyos - silang

pagkalooban ng espirituwal na kapangyarihan na
nagpapalaya sa kanila mula sa mga bunga ng kanilang mga
.makasalanang gawa

* * *

Lahat ng mabuti at masamang gawa ay nakatago sa
mga selula ng utak at lumilitaw bilang mabuti o masamang
.gawi o tendensiya sa pag-iisip

* * *

Ang isang taong nagdurusa mula sa mga hindi malusog
na gawi dahil ang kanilang mga selula ng utak ay sinisingil
ng kapangyarihan ng mga gawi na iyon ay maaaring
palayain ang kanilang sarili sa pamamagitan ng
paghahangad, pagmumuni-muni, taos-pusong panalangin, at
patuloy na positibong pagpapatibay hanggang sa ang lahat
ng kanilang hindi kanais-nais na mga gawi ay mabago tungo
sa mabubuting gawi ng kapayapaan at katahimikan.
Nangyayari ito kapag ang wastong puwersa ng buhay ay
kumikilos upang baguhin ang abnormal na katangian ng
mga selula ng utak, upang ang mga selulang iyon ay
.mapuno ng lahat ng mabuti, banal, at maganda

* * *

Ang pag-unawa ay ang panloob na mata, ang paningin
ng kaluluwa, at ang teleskopyo ng puso. Ito ang balanse sa
pagitan ng kahinahunan ng isip at kadalisayan ng
.konsensya

* * *

Araw-araw ay nakakakita tayo ng iba't ibang eksena, at
bawat araw ay may dala itong bagong aral na matututunan.
Inaasahan na matututo ang tao ng aral sa pamamagitan ng
pagtuon sa sukdulang layunin ng kanyang pag-iral: ang
pagkilala sa pinagmumulan ng kanyang pagkatao at sa
.pundasyon ng kanyang buhay

* * *

Pagsikapan nating kalimutan ang mga kalungkutan ng
nakaraan at magpasiyang huwag nang alalahanin pa ang

mga ito. Taglay ang matibay na determinasyon at aktibong
kalooban, ating panibaguhin ang ating mga buhay,
pagbutihin ang ating mga tagumpay, at linangin sa ating
.sarili ang mabubuting gawi at marangal na katangian

* * *

Ang sinumang nagbubunyag ng kahinaan ng iba at
nagdudulot sa kanila ng kahihiyan at sama ng loob ay
.malayo sa karunungan at mahusay na pagpapasya

* * *

Mga kasabihan para sa lahat ng oras at lugar

Ang mga taong nakikiisa sa Diyos ay nakakakita ng
nakamamanghang kagandahan at nakakatikim ng lubos na
.tamis na hindi mararanasan sa ibang paraan
Nang tumawag ang aking kaluluwa sa Iyo, sumabog ang
mga ulap ng Iyong katahimikan, O Diyos, at ang ulan ng
Iyong awa ay bumuhos nang malakas hanggang sa ito ay
naging umaapaw na baha ng Iyong biyaya. Ang Iyong
pinagpalang ilog ay bumalot sa mga pampang ng aking
pagkatao, at ang aking kaluluwa ay lumubog sa tubig ng
kawalang-hanggan, at ang bula ng aking maliit na buhay ay
.natunaw sa karagatan ng Iyong sumasaklaw na pag-iral
Tinuruan ako ng aking tagapagturo kung paano gamitin
ang pait ng karunungan upang gawing templo ang aking
.sarili na karapat-dapat sa banal na presensya
Kung gusto mong makamit ang isang marangal na
layunin, magsimula sa pamamagitan ng paglikha ng isang
mental na modelo para dito. Maaari mo na ngayong matatag
na itatag ang anumang direksyon sa iyong kamalayan kung
magtatanim ka ng isang matibay na ideya sa iyong isipan;
kung gayon ang iyong buong pagkatao ay susunod sa
.ideyang iyon, at ang iyong mga kilos ay aayon dito
Kapag nahawakan mo ang banal na puso, ang iyong
mga problema ay maglalaho, ang pag-ibig ay pupuno sa
iyong puso, at ang mga kahanga-hangang espirituwal na

karanasan ay sasayaw na parang mga dalisay na bukal sa
 .mga hardin ng iyong isipan

Maraming ulap ang nagtatangkang itago ka at ikubli sa
 akin, ngunit sa pamamagitan ng hamog ng mga luha ng
 pananabik, ang iyong pinagpalang pangalan ay lumilitaw sa
 akin na kumikislap sa matingkad na ginintuang mga letra
 .mula sa likod ng lahat ng mga kurtina at belo

Ang kadalisan ng konsensya ay nangangahulugan ng
 tapat na pagharap sa katotohanan
 May mga mahahalagang pangangailangan at mga
 itinuturing ng ilan na "mga pangangailangan" na sa totoo
 lang ay hindi kailangan at kalabisan. Dapat gawing simple
 ang buhay sa pamamagitan ng pagtuon sa mga
 pangunahing pangangailangan at pag-aalis ng mga hindi
 .kinakailangang luho

Kaytaas mo, O pagkakaibigan, at kaytaba at kabanalan
ng iyong lupa! Pag-ibig ang iyong pagkain at katapatan ang
iyong inumin

Kapag ang dalawang tao ay lumalakad nang may pagkakaisa at pagkakaisa sa kabila ng kanilang mga pagkakaiba, sila ay pinag-iisa ng iisang layunin: ang makatagpo ng kapayapaan at katahimikan ng kaluluwa sa dalisay na pag-ibig at katapatan sa isa't isa. Kung saan ang magkasintahan ay hindi naghahanap ng kasiyahan sa kapinsalaan ng minamahal, sa hardin ng altruismo, ang mababangong bulaklak ng pagkakaibigan ay mamumulaklak .at magpapalaganap ng kanilang matamis na amoy Sinasanay ng mundo ang ating mga isipan sa ibang paraan, na sinasanay tayo sa napakaraming bagay na nagsisimula tayong mag-isip na ang kaligayahan ay hindi makakamit kung wala ang mga ito. Ngunit ang buhay, at ang buhay ng mga bata sa partikular, ay dapat gawing simple;

kung hindi, tuturuan sila ng buhay sa pamamagitan ng
.mapait na pagkabigo

Ang katotohanan ay mas tumpak at makatotohanan
kaysa sa pag-iisip o imahinasyon lamang, ngunit ang ating
.iniisip o naiisip ay maaaring minsan magkatotoo

Ang imahinasyon ay isang mahalagang elemento sa
proseso ng malikhaing pag-iisip. Gayunpaman, ang
imahinasyon ay dapat na maging ganap na ganap at maging
isang matibay na paniniwala, at ito ay imposible kung
.walang matibay na paghahangad

Kung iisipin mo ang isang bagay nang buong lakas ng
iyong kalooban, ang iyong imahinasyon ay magbabago
tungo sa isang personal na paniniwala, at kapag
mapapanatili mo ang paniniwalang iyon

Sa kabila ng lahat ng magkasalungat na opinyon, ang
iyong paniniwala ay magkakatatotoo sa katotohanan
Dapat matutong tumayo nang mag-isa, sinusupportahan
ng sariling mga birtud at pagpapahalaga sa sarili

Ang espirituwal na kagalakan ay isang panibagong
kagalakan at lalong lumilitaw sa mga taong malalim na nag-
iisip tungkol sa Diyos. Ito ay isang kagalakan na tumutulong
sa paggawa ng mga tamang desisyon at paggawa ng mga
tamang bagay, at kapag ito ay natagpuan, ang mga hindi
malusog na pagnanasa at pagnanasa ay naglalaho dahil
nawawalan ang kanilang kaakit-akit kumpara sa espirituwal
.na kagalakan

Ang ating Makapangyarihang Lumikha ay nagbigay sa
atin ng buhay, lakas, at karunungan, at tungkulin nating
ibigay sa Kanya ang ating atensyon at itaas ang ating mga
puso sa Kanya nang may pagmamahal, pasasalamat, at
.pagkilala sa Kanyang biyaya at kabaitan

Tulungan mo ako, O Diyos, na huwag magningas ng
apoy ng galit, upang hindi ko masunog ng apoy ng sama ng
loob ang mga luntiing oasis ng kapayapaan sa aking sarili at

sa iba. Tulungan mo akong patayin ang apoy ng poot gamit
.ang patuloy na pag-agos ng ulan ng aking pag-ibig
Nawa'y ang lawa ng aking kahinahunan at kapayapaan
ay manatiling kalmado at payapa, hindi maaabala ng mga
bagyo ng kawalang-kasiyahan na walang dala kundi
.paghihirap

Ang paggawa ng mga gawaing may motibasyon ng
tungkulin, o pagsasakripisyo ng mga personal na hangarin
sa paglilingkod at pagmamahal sa ibang tao, ay mas
.mainam kaysa sa paggawa nito dahil sa takot

Kahit na tumigil na ang isang tao sa paglabag sa mga
batas ng Diyos, dapat niya itong gawin dahil sa pagmamahal
sa Diyos, hindi dahil sa takot sa Kanyang parusa
Anuman ang iyong kinatatakutan, ilayo mo ang iyong
mga iniisip mula roon. Ipaubaya mo ito sa Diyos at patibayin
.ang iyong tiwala sa Kanya

Ang takot ay laging kasama ng tao, at ang pag-alis nito
ay posible sa pamamagitan ng pag-iisip tungkol sa Diyos at
.pagdama sa Kanyang presensya

Maaaring mahirap sa simula ang tahakin ang mga
landas ng kabutihan, ngunit ang mga ito ay mga
pinagpalang landas na humahantong sa kapayapaan ng isip
.at tunay na kaligayahan

Nawa'y sumikat ang kaluwalhatian ng Diyos sa bawat
sulok ng ating buhay, nawa'y manahan ang Kanyang pag-
ibig sa ating mga puso, at nawa'y mapuno ng Kanyang
liwanag ang ating kamalayan

O aking banal na minamahal, ang mga bulaklak ay
namumukadkad at ang mga panahon ay nagbabago, at lahat
ay nagsasalita tungkol sa iyo. Ang kabilugan ng buwan ay
nagpapakita ng mga katangian ng iyong ngiti, at ang araw
ay nagdadala ng iyong makalangit na lampara. Lumalangoy
ako sa dagat ng mga luha, umaapaw sa pananabik para sa
iyo. Sa mga dahon ng mga puno at mga ugat ng
sangkatauhan ay dumadaloy ang iyong buhay at sigla, at

nararamdaman ko ang pintig ng iyong kosmikong puso na
.tumitibok sa loob ko

Kapag nararamdaman ko ang iyong presensya,
pakiramdam ko ay gising ako sa ibang mundo, at paminsan-
minsan ay nananaginip ako sa mundong ito at sa maliit na
katawang ito—ang akin ay gising sa walang katapusang
kaligayahan, at ang aking panaginip sa buhay sa lupa ay
pinabango ng masasayang alaala ng aking mga sandaling
gising kasama ka. Binunot ko ang mga damo ng bangungot
mula sa hardin ng aking mga panaginip at itinanim sa
kanilang lugar ang mga rosas ng aking inspirasyon, kung
saan ang halimuyak ng aking pananabik ay aakit sa iyo, at
darating ka upang dalhin ako sa mga abot-tanaw ng walang
.hanggang kaligayahan

O Diyos, gawin Mo akong malinaw sa kadalisayan at
kalinisan upang mailabas ko ang Iyong nakapagpapagaling
.na liwanag sa loob ko

Patahimikin ang nanginginig na salamin ng aking isipan
upang maipakita nito ang iyong walang hanggang mukha
Buksan mo nang malawak ang mga bintana ng
pananampalataya upang malanghap ko ang halimuyak ng
iyong kapayapaan

O Ikaw na nagniningning sa Iyong Sarili, O Kamahalan
na hindi kayang ilarawan, titigan mo ako gamit ang aking
mga matang nananabik sa Iyo, upang wala akong makitang
.anuman kundi Ikaw

Sa likod ng lahat ng mga penomeno at anyo ng buhay
ay naroon ang tahimik na tinig ng Diyos, na patuloy na
tumatawag sa atin sa pamamagitan ng mga bulaklak, mga
banal na aklat, ating mga konsensya, at lahat ng
.magagandang bagay na nagpapahalaga sa buhay

Ang bawat pagsisikap na ginagawa ng naghahanap
upang maabot ang mga espirituwal na tugatog ay binibilang
ng Diyos para sa kanya at ginagantimpalaan nang malaki
.para dito

Hinihiling namin sa Iyo, O Panginoon, na liwanagan Mo ang aming mga isipan ng liwanag ng Iyong katotohanan, na patibokin Mo ang aming mga puso ng Iyong pag-ibig, at punuin Mo ang aming mga kaluluwa ng Iyong kagalakan at .ng kasaganaan ng Iyong biyaya

Mula sa malinaw na abot-tanaw na hindi kayang makapasok ng isip, ibinubuhos ng Diyos ang Kanyang walang hanggang liwanag. At mula sa kosmikong isip ay nagmumula ang mga dakilang inspirasyon at pinagpalang kapangyarihan, at ang malikhaing aktibidad ay dumadaloy .sa bukas at magkakasundong mga isipan Kapag nalaman mo na ang iyong kaluluwa, ang iyong puso, ang bawat kislap ng inspirasyon, ang asul na langit, ang mga nagniningning na bituin, ang mga bundok, ang lupa, ang mga ibon, at ang mga bulaklak ay pawang pinagbuklod ng iisang hibla ng kosmikong ritmo, espirituwal na kagalakan, at unibersal na pagkakaisa, saka mo matatanto na pawang mga alon sila sa dibdib ng banal na .karagatan na walang baybayin

Kung kalilimutan natin ang ating Lumikha, nararapat lamang sa atin ang pagdurusang. Dapat nating mapagtanto na ang Diyos ay ating minamahal at mahal tayo, at ang kaalamang ito ang magpapalaya sa atin mula sa ating mga .problema at pagdurusang

Ang tunay na umiibig sa Diyos ay hindi tumitigil sa paghahanap sa Kanya, kahit na mabigo siyang matagpuan Siya pagkatapos ng maraming pagtatangka. Tulad ng isang alon na kailangang bumalik sa puso ng karagatan pagkatapos humupa ang bagyo, gayundin ang taimtim na naghahanap; mayroon siyang di-tuwirang paniniwala na ang mga balakid ay maguguho at na siya ay tiyak na makakasama sa kosmikong karagatan sa malao't madali— ang walang hanggang karagatan na kanyang pinanggalingan .at kung saan siya babalik

Kapag ang isip ay palaging iniisip ang banal na
minamahal, ang puso ay umaawit ng mga awit ng kagalakan
at kaligayahan

Ang espirituwal na emanasyon ay ang paglitaw ng tao
mula sa kung ano siya ngayon patungo sa kung ano siya
magiging sa hinaharap

Hindi maitatago ng isang tao ang kanyang tunay na
pagkatao sa iba; ang mga kilos ng kanyang mga iniisip ay
makikita sa kanyang kilos at makikita rin sa kanyang mga
.kilos

Marami ang may maling akala tungkol sa kalayaan;
itinuturing nila ang kalayaan bilang paggawa ng anumang
gustong gawin ng isang tao, at tinatawag ko ang kalayaang
.ito na kalayaan ng mga kapritso

Dahil sa hindi pagkakaunawaan sa tunay na katangian
ng kalayaan, inaalipin ng ilang magulang ang kanilang mga
anak sa tradisyon sa pamamagitan ng agarang pagtupad sa
kanilang mga hangarin. Lumalaki ang bata na naniniwalang
hangga't natutupad ang kanilang mga kahilingan, sila ay
masaya, at ang layunin ng buhay ay tuparin ang bawat
hangarin. Gayunpaman, natuklasan nila kalaunan na sila ay
nagkakamali, dahil ang labas ng mundo ay ibang-iba sa
buhay sa tahanan, at natututo sila na ang pagtupad sa
bawat hangarin ay hindi madali! Maaaring itakwil sila ng iba
at balewalain ang mga ito sa paghabol sa kanilang sariling
mga hangarin. Dahil dito, ang bata ay nagiging matigas at
manhid ang emosyon dahil sa matinding pagnanais na
masiyahan ang kanilang sariling mga hangarin.

Samakatuwid, dapat tulungan ng mga magulang ang
kanilang mga anak na malinang ang kanilang kalooban at
pag-unawa upang sila ay mabuhay sa mundo nang hindi
.nahuhulog sa mga patibong at bitag nito

Sabi ng ina, "Turuan mo siya nang may pagmamahal."
Siyempre, ang pagtrato sa mga bata nang may pagmamahal
ay karaniwang mabuti, ngunit ang labis na tamis ay

nakakasira ng ngipin, at gayundin, ang labis na
pagpapalayaw ay nakakasira ng mga bata. Kailangan ang
katatagan at determinasyon, ngunit kung ang isang bata ay
tratuhin at parusahan nang malupit dahil sa isang
pagkakamali, ang mga kahihinatnan ay magiging kakila-
kilabot. Dapat mayroong balanse sa kung paano tinatrato at
pinakikitunguhan ang mga bata ; dapat higpitan ng bawat
ama ang kanyang ugali ng pagmamahal at lambing, at dapat
timplahan ng bawat ina ang kanyang pagmamahal ng
.karunungan at pagkamakatuwiran

Dapat mapanatili ng isang tao ang isang matatag na
sikolohikal na estado ng pagmamahal at pananabik sa Diyos.
Sinubukan ko na ang maraming trabaho, ngunit anuman ang
uri ng aking trabaho, ang aking mga iniisip ay laging
.nananatili sa Diyos

Dapat nating tamasahin ang nilikhang ito, ngunit hindi
natin ito hahayaang maging alipin natin. At itinuro sa akin ng
karanasan na ang kagalakan ng paghahanap sa Diyos ay
.walang kapantay

Bago simulan ang mga pangunahing gawain, dapat
umupo nang tahimik, pakalmahin ang mga pandama at
kaisipan, magnilay-nilay nang malalim, at humingi ng tulong
sa Diyos upang makakuha ng espirituwal na patnubay at
.mabuting direksyon

Ipaunawa mo sa akin na ang ngiti sa mukha ng buwang-
liwayway, sa mga labi ng mga bulaklak, at sa mga mukha ng
.mga marangal na lalaki at babae ay ang iyong ngiti
Hindi ako maapektuhan ng sunod-sunod na mga imahe
ng kasawian, malas, sakit, o anumang hindi inaasahang
balakid dahil napagtanto ko na ang isang disiplinadong
kamalayan na malapit na nauugnay sa kosmikong
kamalayan ay hindi direktang nagdurusa sa mga pagkabigo
.at pagkabagot

Ang kalayaan ay nangangahulugang kakayahang
kumilos ayon sa karunungan, hindi ayon sa dikta ng mga

hilig, gawi, at kapritso. Ang pagsunod sa ego ay humahantong sa pagkaalipin, habang ang pagpapasakop sa mga udyok ng espiritu ay humahantong sa paglaya mula sa .mga hadlang

Wala akong pinagkaiba kung nakatira ako sa isang marangyang palasyo o sa isang simpleng kubo, basta't .kasama ko ang Diyos

Gagamitin ko ang aking perang kinita nang tapat para mamuhay nang simple, at iiwan ang marangyang .pamumuhay

Sa pamamagitan ng pananampalataya sa Diyos at paggamit ng lakas ng loob, malalampasan ng isang tao ang sakit, pagkabigo, at kamangmangan, hangga't ang mga vibrations ng kalooban ay mas malakas kaysa sa mga vibrations ng pisikal o sikolohikal na karamdaman. Kung mas malalang ang sakit, mas malakas at mas determinado ang kalooban, at mas malalim at mas matatag ang .pananampalataya, upang makamit ang ninanais na resulta

Bigyan Mo ako ng inspirasyon, O Panginoon, na ilagak ang aking tiwala sa Iyo lamang, hindi sa proteksyon ng tao.

Huwag Mong hayaang maparalisa ng takot at pagkabalisa ang aking walang hanggang lakas upang harapin ang anumang pagsubok sa buhay. Huwag Mong hayaang isipin ang mga aksidente, kalamidad, at kasawian dahil sa takot na ang mga ito ay aktwal na maipakita sa pamamagitan ng pag-iisip at imahinasyon. At hayaan Mo akong mapagtanto,

O Panginoon, na gising man ako o natutulog, gising o nawawala sa mga panaginip, buhay man o naghihingalo, ang Iyong nagpoprotektang presensya ay bumabalot at .nagbabantay pa rin sa akin

Sabi ng matatalino: Ang bunga ng mabubuting gawa na

inuudyukan ng pagmamahal sa Diyos at kabutihan ay pagkakasundo at kadalisayan. Ang bunga ng mga gawang inuudyukan ng makasariling mga pagnanasa at ambisyon ay

sakit at pagdurusa. Ang bunga ng masasamang gawa ay
.kamangmangan at kahangalan
Ang mabubuting gawa ay nagdudulot ng kaligayahan,
habang ang mga makamundong kilos na dulot ng
pagmamahal sa sarili ay humahantong sa pagdurusa at
sakit. Gayunpaman, ang patuloy na masasamang gawa ay
sumisira sa kakayahan ng isang tao na makaunawa at
.makaunawa

Kung nais mong mamuhay nang mapayapa at may
pagkakaisa, dapat ay mabuti ang iyong mga intensyon, at
dapat mong ikalat ang mga kaisipan ng kabaitan at
damdamin ng pagmamahal. Kung namumuhay ka nang may
mabuting kalooban, matutulungan mo ang iba sa
.pamamagitan ng iyong halimbawa at mabuting pag-uugali
Sa sandaling makaramdam ako ng pagkabalisa at lito sa
pag-iisip, ako ay tatahimik at magmumuni-muni hanggang
sa makabawi ako ng aking kahinahunan, at sisimulan ko ang
bawat araw sa pag-iisip tungkol sa Diyos at paghingi ng
.Kanyang tulong at patnubay
Magpasya kang huwag hayaang lumaki at makapasok
ang mga nakakasakal na damo ng poot sa hardin ng iyong
buhay, isang hardin na puno ng mga birtud ng isang
marangal na espiritu. At habang lalo mong nililintang ang
mga mababangong katangiang ito na parang rosas, lalo
mong ihahayag sa iyo ng Diyos ang pinakadakilang lihim ng
.pag-iral sa loob mo

Ang layunin ng buhay ay upang makamit ang
kapayapaan, kasiyahan, imortalidad, kaligtasan, at
kaalaman sa katotohanan, at sa puso ng mga hangaring ito
na pumupukaw sa loob natin ay nakasalalay ang banal na
.diwa sa kaibuturan natin

Nawa'y matagpuan ko ang aking kalayaan sa Iyo, O

Panginoon, at mapagtanto ko na ang aking tunay na
tahanan ay ang Iyong ganap na pag-iral at ako ay isang
.mahalagang bahagi ng Iyong kosmikong kamalayan

O malawak at banal na dagat, hayaang ang mga ilog ng
aking mga hangarin, na dumadaloy sa mga disyerto ng mga
balakid at hadlang, ay sa wakas ay humalo sa iyong dakilang
kalaliman⁹

Sa banal na kuta lamang natin matatagpuan ang
proteksyon at seguridad, at walang mas ligtas na kanlungan
kaysa sa pakiramdam na malapit sa Diyos at paghawak sa
.Kanyang presensya

Dahil ang mga tao ay pinamamahalaan ng mga gawi na
humuhubog sa kanilang mga hilig, tendensiya, karakter, at
mga hangarin, kung ang mga gawi na iyon ay masama, ang
karakter ay nagiging mapaminsala at ang mga kilos ay
nagiging masama. Kaya naman, ipinapayong unahin ang
mabubuting gawi, dahil gagabayan nila ang ating mga kilos
at kaisipan tungo sa mga marangal na layunin at magdadala
.sa atin ng kalusugan at kaligayahan

Saanman may mga kaluluwang nalulungkot at
nagdurusa, natatagpuan ko ang aking kapanatagan sa
paglilingkod at pag-alIW sa kanila. Gagawin ko ang aking
makakaya upang magdulot ng kagalakan sa iba at
makikiramay sa kanilang mga nararamdaman na parang
.akin ang mga ito

May mga kakayahang pangkaisipan ang mga tao, ngunit
nananatiling hindi pa nabubuo ang mga ito sa karamihan ng
mga tao, at ang hindi paglinang sa mga kakayahang ito ay
humahantong sa mga malubhang kahihinatnan. Tulad ng
katawan, ang isip ay nangangailangan ng wastong nutrisyon
.at ehersisyo para sa kalusugan at sigla

Ang isang diyamante ay tumatanggap at sumasalamin
ng liwanag, gayundin ang mga dalisay at malinaw na
kaluluwang nakakakilala sa Diyos at nagniningning sa
.Kanyang presensya

O Panginoon, Ikaw ang tunay na kayamanan sa buhay,
at sa pamamagitan ng paghahanap muna sa Iyo ay
.matatagpuan ko sa Iyo ang lahat ng aking kailangan

Karaniwang nakatuon lamang ang mga tao sa pagkain,
hangin, at sikat ng araw upang mapanatili ang mabuting
kalusugan, ngunit maaaring dumating ang panahon na
lumalala ang kalusugan sa kabila ng kasaganaan ng mga
panlabas na pinagmumulan ng buhay. Sa panahong iyon
lumilitaw ang pangangailangang muling magkarga ng
.reserbang enerhiya ng katawan mula sa loob
Kung ang bangka ng aking isipan ay lumalapit sa mga
bato ng sakim na pagnanasa na may kasamang mga
panganib at panganib, na itinutulak ng mabangis na bagyo
ng kamangmangan, maging ikaw, O aking Diyos, ang aking
tanglaw at laging gabayan ako sa mga baybayin ng Iyong
.katuwiran at kabutihan

Ang pag-iisip ay parang apoy na ang purong
kapangyarihan ay dapat gamitin upang sunugin ang mga
balakid na pumipigil sa tagumpay
Ang Diyos ay matatagpuan sa pamamagitan ng patuloy
na banal na pag-ibig. Kapag mas mahal natin ang Diyos
kaysa sa Kanyang mga kaloob, Siya ay lalapit sa atin.
Binigyan Niya tayo ng malayang pagpapasya at
kapangyarihang pumili upang makilala natin ang pagkakaiba
ng mga panandalian at walang kabuluhang kaloob ng mundo
at ang kaloob ng pagiging malapit sa Kanya at ang
.kagalakan ng Kanyang pinagpalang presensya
Binigyan tayo ng memorya upang makapagsanay tayo
sa pag-alala ng mabubuting bagay hanggang sa wakas ay
maalala natin ang pinakadakilang kabutihan: ang Diyos
Ang simoy ng Iyong pag-ibig ay dumadaloy sa akin, O
Panginoon! At ang mga dahon ng aking buhay ay
sumasayaw nang may kagalakan sa Iyong pagdating. Ang
kanilang nakalulugod na kaluskos ay lumulutang sa hangin,
inaanyayahan ang mga pagod na magpahinga sa lilim ng
.Aking espirituwal na kapayapaan
Ang mga paghihirap sa buhay ay hindi nilayon upang
saktan tayo; sa halip, ang mga problema at karamdaman ay

nagbibigay sa atin ng mga aral. Ang ating masasakit na karanasan ay hindi nilayon upang sirain tayo, kundi upang linisin tayo at pabilisin ang ating pagbabalik sa ating dalisay na pinagmumulan—ang Diyos—na gumagawa sa lahat ng paraan upang tulungan tayo at ibalik tayo sa ating tahanan .sa langit

Ang kawalang-hanggan ang ating tunay na tahanan, at ang ating paglalakbay sa mundong ito at sa mga pisikal na katawang ito ay parang isang panandaliang paglalakbay sa .visa

Panginoon, alam ko na ang papuri ay hindi nagtataas sa akin, ni ang kritisismo ay nagpapababa sa akin. Ako ay ganito sa harap ng aking konsensya at sa harap Mo ay magpapatuloy ako sa landas na ito, ginagawa ang aking makakaya upang maglingkod sa lahat at nagsusumikap na makamit ang Iyong biyaya—dito nakasalalay ang aking .kaligayahan

Isa kang natatanging nilalang at ang iyong kakanyahan ay kahanga-hanga, kaya kilalanin mo ang iyong tunay na .sarili

Sa pagsikat ng iyong pagdating, ang mga usbong ng aking pananabik ay mamumulaklak tungo sa mababango at matingkad na mga bulaklak

O Panginoon, bilisan Mo po ang pagdating ng araw na iyon kung kailan ako maghahabi ng kuwintas na gawa sa mga hamog na bulaklak at ilalagay ito sa Iyong pinagpalang .pintuan

Sa halip na patuloy na pagsikapan na palugdan ang sarili lamang, dapat din niyang sikaping magdulot ng kaligayahan sa iba. Kapag sinubukan niyang mag-alok ng espirituwal, intelektwal, o materyal na suporta sa iba, matutuklasan niya na natutugunan ang kanyang sariling mga pangangailangan at ang tasa ng kanyang buhay ay .umaapaw sa kagalakan

Ang mga makakamit ng maningning na tagumpay laban
sa kadiliman sa lupa ay magkakaroon ng liwanag ng
kaluwalhatian bilang kanilang bahagi at magtatamasa ng
.panloob na kapayapaan at kaligayahan

O Panginoon, patuloy Mong ikalat ang mga binhi ng
lyong mga pagpapala sa lupa ng aking puso, na inararo ng
pagsusumamo, upang ang mga ito ay lumaki at maging
malilim na mga puno na ang mga sanga ay magbunga ng
pinakamasarap at pinakamatamis na bunga ng pagkilala sa
.sarili

Madalas tayong nasasaktan nang hindi nagsisikap na
magbago, at iyon ang dahilan kung bakit hindi natin
natatagpuan ang pangmatagalang kapayapaan at
kasiyahan. Kung tayo ay magtitiyaga at magsisikap, tiyak na
malalampasan natin ang lahat ng paghihirap. Dapat tayong
magsikap na lumipat mula sa paghihirap patungo sa
kaligayahan, at mula sa kawalan ng pag-asa patungo sa
.katapangan

O Banal na Pag-ibig, pag-isahin Mo ang aking pag-ibig sa
lyong pag-ibig, paghaluin Mo ang aking buhay sa lyong
kagalakan, ang aking isipan sa lyong kosmikong kamalayan,
at pawiin Mo ang aking uhaw mula sa bukal ng lyong walang
.hanggang kagalakan

Ang puso ng tapat na naghahanap ay laging
bumubulong: "O aking Diyos at aking Minamahal, ayaw kong
malubog sa kaguluhan ng mapanlinlang na mundong ito, at
ang tanging nais ko ay gisingin ang lyong pag-ibig sa mga
puso ng mga tao. Ang aking puso, ang aking kaluluwa, ang
aking katawan, ang aking isipan, at lahat ng aking pag-aari
ay sa Iyo, O Panginoon." Ang naghahanap na iyon ay
.nakakarating sa Diyos at nakikilala Siya

Panginoon, pagkalooban mo kami ng bago at tunay na
pag-unawa sa kapatiran. Iwanan na natin ang mga digmaan
at pagalingin ang mga sugat ng mga bansa gamit ang

balsamo ng pagmamahal at ang walang hanggang ginhawa
.ng mahabaging pag-unawa

Pagpalain Mo kami upang kami ay makalaya mula sa
impluwensya ng kasakiman, sa pangingibabaw ng
panlilinlang, at sa pagkontrol ng mga ilusyon, at tulungan Mo
kaming bumuo ng isang bagong mundo kung saan ang sakit,
kamangmangan, at taggutom ay walang iba kundi mga
.pangarap ng isang malungkot at mapanglaw na nakaraan
Lutasin natin ang lahat ng problema hindi gamit ang
lohika ng gubat, kundi gamit ang pang-unawa, katotohanan,
at matibay na pananampalataya sa Iyo at sa Iyong banal na
.hustisya

Pinagsama tayo ng buhay dito sa loob ng ilang panahon,
at pagkatapos nito ay magkakahiwalay tayo ng landas.
Ngunit kung ang pag-ibig ng Diyos ay nananahan sa atin,
hindi mahalaga kung saan tayo pupunta, dahil gaano man
tayo kalayo naligaw, mananatili tayo sa loob ng bilog ng
banal na pag-ibig at hindi kailanman tunay na
.magkakahiwalay

Panginoon, gawin Mo akong isang agila ng espirituwal
na pag-unlad na pumapailanlang nang mataas sa mga
.eskinita ng makitid na pag-iisip at ekstremismo
Tawagin mo ako sa mas mataas at mas mataas na mga
abot-tanaw, lampas sa matinding pagyanig ng lupa at mga
ulap na humaharap sa sikat ng araw

Hayaan mong itaas ko ang mga pakpak ng balanse
upang mamuhay nang tama, at hayaang lumipad ako
patungo sa matayog na kalangitan sa ibabaw ng lahat ng
bagyo at unos, kung saan may malawak na abot-tanaw at
.kahanga-hangang mga pananaw

Dumarating ang kapayapaan kapag binubuksan natin
ang ating mga puso sa pagmamahal at kabaitan. Ang mga
may mapagmahal na puso at aktibo sa mabubuting gawa ay
nakararanas ng kapayapaan dahil nananahan ito sa kanila.

Ang kapayapaan ang santuwaryo ng langit at ang
.pundasyon ng isang masayang buhay
Dapat nating laging isipin ang banal na kagandahan sa
likod ng mga bulaklak, ang kosmikong liwanag sa likod ng
.araw, at ang dakilang buhay na kumikislap sa bawat mata
Kapag ang isang tao ay tunay na mabait at nagpapakita
ng paggalang sa iba, at gumaganti ng mga papuri, sila ay
palaging pakikitunguhan nang may pagpapahalaga at
.paggalang
Ipapalaganap ko ang aking pagmamahal sa iba upang
mabuksan ko ang daan para sa pag-ibig ng Diyos na
.dumating sa akin at manahan sa aking puso
Panginoon, hayaan Mo akong maging tanglaw para sa
mga nalulunod sa lalim ng kalungkutan. Tulungan Mo akong
magdala ng kagalakan sa iba nang may pasasalamat para sa
.espirituwal na kagalakang ipinagkaloob Mo sa akin
Tutunawin ko ang poot sa apoy ng aking pag-ibig, at
patatawarin ko ang iba at bibigyan ng pagmamahal ang
.lahat ng uhaw na puso
Ang tunay na pag-ibig ay ang pag-ibig na nagagalak sa
ginhawa ng minamahal
Nawa'y sumikat ang Iyong liwanag sa amin, O
Panginoon, at nawa'y punuin ng Iyong pag-ibig ang aming
mga puso magpakailanman
Ang pagkakaroon ng diwa ng pagkukusa ay
nangangahulugan ng pagkakaroon ng kapangyarihan ng
malikhaing imahinasyon na nagbibigay-daan sa isang tao na
mag-imbento ng isang bagay na hindi pa nagagawa ninuman
noon. Ang bawat tao ay ipinanganak na may ganitong
.kaloob na ipinagkaloob sa kanya ng Diyos
Ang pinakadakilang pag-ibig ay ang banal na pag-ibig,
na siyang nagpapaganda sa buhay nang higit pa sa mga
salita. Kapag nararamdaman mo ang Diyos na kasama mo,
lumalapit sa iyo saan ka man naroroon at ginagabayan ang
.iyong mga hakbang, nagsimula na ang banal na pag-ibig

Ang kapangyarihan ng katotohanan ay sumasalungat sa
hangin

Panginoon, kapag ako'y nahaharap sa mga
pansamantalang paghihirap, hayaan Mo akong maalala ang
lyong masaganang mga pagpapala sa akin noon, dahil alam
kong ang lyong tulong ay hindi kailanman humihiwalay sa
akin at ang lyong pangangalaga ay laging kasama ko. Sa
Iyo, iniaalay ko ang aking taos-pusong pasasalamat para sa
bawat biyayang dumarating sa akin mula sa lyong bukas-
.palad na kamay

Ang mga patak ng pag-ibig ay sumisikat sa mabubuting
kaluluwa, at ang Diyos ay matatagpuan lamang sa dagat ng
pag-ibig

Ang pang-unawa ay parang lamparang nagbibigay-
liwanag sa landas ng isang tao at nagdudulot sa kanila ng
tagumpay

Sa tagsibol, pinalamutian ng Diyos ang kalikasan ng
pinakamagagandang rosas at bulaklak na may
.magagandang kasuotan at matingkad na mga kulay
Ang kapayapaan ang unang tagapagbalita na
nagpapahayag ng paglapit sa Banal na Presensya.

Pagkatapos, ang kapayapaan ay nagiging mga liwanag na
.mas maliwanag kaysa sa walang katapusang kagalakan

Kapag sumisid ako nang malalim sa dagat ng
pagmumuni-muni, nakakaramdam ako ng isang pinagpalang
kilos sa aking pagkatao at naririnig ko ang isang bulong na
"bores na nagsasabing, "Ako ay malapit na

Dapat bumaling sa loob, kung saan ipinapahayag ng
kaluluwa ang sarili. Mula sa kaibuturan ng kaluluwa ay
.nagmumula ang lahat ng karanasan ng panloob na buhay
Kapag napagtanto ng kaluluwa ang sarili nang may
banal na kamalayan, nakakaramdam ito ng malaking
kagalakan at paglawak patungo sa walang hanggan na
.espasyo

Kung gagamitin mo ang lahat ng panlabas na paraan at
mapagkukunan na magagamit mo, bukod pa sa iyong likas
na kakayahan, upang malampasan ang lahat ng balakid na
maaaring humadlang sa iyong daan, malilinang mo ang mga
kapangyarihang ibinigay sa iyo ng Diyos: ang mga walang
limitasyong kapangyarihang nagmumula sa pinakamalalim
.na kaibuturan ng iyong pagkatao

Ang pag-ibig ay tumatahak sa ginintuang landas
patungo sa Diyos

Ilalatag ko ang sikat ng araw ng mabubuting hangarin at
mabubuting intensyon saanman gumapang ang kadiliman
ng hindi pagkakaunawaan

Kapag dumarating ang mga kahirapan, ngunit ayaw mo
pa ring tumigil sa pagsubok at pagsisikap, sa kabila ng lahat
ng balakid at hadlang, tutugon ang Diyos sa iyo at
.puputungan ng tagumpay ang iyong mga pagsisikap

O Panginoon, pupulutin ko ang bulaklak ng pananabik
mula sa hardin ng aking puso at ilalagay ito bilang handog
.ng pag-ibig sa Iyong banal na pintuan

Dahil ang ating mga iniisip at salita ang mga binhing
magdadala sa atin ng ani sa hinaharap, sisimulan ko ngayon
na punuin ang aking kamalayan ng mabubuti at positibong
.mga kaisipan

Lumilipad at pumailanlang ako sa eroplano ng aking
kamalayan pataas at pababa, hilaga at kanan, loob at labas
at saanman upang matuklasan na sa bawat sulok ng
kalawakan ako ay nasa piling ng Diyos at naroon pa rin
.hanggang ngayon

Mabuhay ang bawat sandali nang may kamalayan sa
iyong kaugnayan sa walang hanggang Ganap. Walang
katapusan ang iyong kamalayan, at lahat ng bagay ay
kumikislap at nagniningning na parang mga bituin sa
.kalangitan ng iyong pagkatao

Ang paglayo, o kawalan ng pagkakabit, ay ang
matalinong landas na tinatahak ng naghahanap, kusang-loob

na inaalís ang mga walang kabuluhang bagay para sa kapakanan ng mga mas dakila. Hindi niya ibinubuklod ang kanyang sarili sa panandaliang senswal na kasiyahan sa paghahangad ng isang panibagong panloob na kagalakan.

Ang paglayo ay hindi isang layunin sa sarili nito, ngunit nagbubukas ito ng daan para sa paglitaw ng mga birtud at .espirituwal na kapangyarihan ng kaluluwa

Ang espirituwal na tagumpay ay sumusulong nang may matapang na mga hakbang sa mga landas ng buhay. Dapat sulitin ng isang tao ang kanyang kasalukuyang buhay, buksan ang mga bintana ng kanyang puso, gisingin at buhayin ang mga natutulog na kakayahan ng kanyang .kaluluwa

Sa likod ng mga maskara ng pagbabago at transpormasyon ay naroon ang banal na presensya. At sinumang makapagpapatatag ng salamin ng kanilang isipan at mapigilan ito sa pagyanig, ay makikita sa malinaw na .salamín na iyon ang mukha ng kosmikong minamahal. Ang pag-ibig ay mas malakas kaysa sa kamatayan at sa mga pinsala ng panahon

Ang pagsusuri sa sarili ang susi sa tagumpay, at ang pagninilay ay isang salamin kung saan nakikita natin ang mga panloob na sulok na kung hindi man ay mananatiling nakatago mula sa ating paningin. Dapat nating suriin ang ating mga pagkukulang, makilala ang pagkakaiba sa pagitan ng positibo at negatibong mga tendensiya, at tukuyin ang .mga hadlang sa pag-unlad at tagumpay

Kayganda mo, O kaibigan! Ikaw na kumukuha mula sa tubig ng taos-puso at palakaibigang pagmamalasakit, at ang mga dahon ay nababasa ng hamog ng panloob at panlabas na tamis na nagmumula sa kaibuturan ng taos-puso at tapat .na mga puso

Minsan ay nakakita ako ng isang maliit na langgam na sinusubukang umakyat sa isang tambak ng buhangin, at naisip ko sa sarili ko: iniisip siguro ng langgam na umaakyat

ito sa Himalayas! Ang tambak ng buhangin ay maaaring tila napakalaki para sa langgam, ngunit hindi para sa aking mga mata. Gayundin, ang milyun-milyong solar years natin ay .maaaring wala pang isang minuto sa isipan ng Diyos Dapat nating sanayin ang ating mga sarili na mag-isip tungkol sa mga dakilang bagay tulad ng kawalang-hanggan at kawalang-hanggan

Naglakbay ako sa mundo ng kawalang-hanggan at nasaksihan ang kumikinang na ambon sa lupain ng liwanag, at sa buhay na kinang na iyon ay nabasa ko ang mga kahulugan ng mga lihim na nakasulat sa mga pahina ng .panahon

Kapag natutulog ka, pasibo mong pinapatahimik ang mga iniisip at nararamdaman. Ngunit kapag sinasadya mong pinapatahimik ang mga iniisip at nararamdaman sa pamamagitan ng meditasyon, ang unang bagay na iyong mararanasan ay isang estado ng kapayapaan, at ang iyong mga kalamnan sa mukha ay natural na bumubuo ng isang ngiti na sumasalamín sa panloob na kapayapaan. Ngunit dapat kang tumingin nang lampas sa estadong ito ng kapayapaan upang madama ang kadalisayan ng iyong kaluluwa—isang kadalisayan na walang bahid ng sensory stimuli o awtomatikong reaksiyon sa mga kaisipang nauugnay sa mga pandama. Ang estado na iyong mararanasan ay isa sa walang hanggan at patuloy na .nababagong kaligayahan

Kung maglalagay ka ng isang mangkok ng tubig sa ilalim ng liwanag ng buwan at pagkatapos ay haluin ito, lilikha ka ng isang baluktot na imahe ng buwan. Kapag ang tubig ay tumilapon sa mangkok, ang repleksyon ay nagiging malinaw. Ang mga sandali kung kailan ang tubig sa mangkok ay tahimik at sumasalamín sa mukha ng buwan nang may perpektong kalinawan ay maihahambing sa isang estado ng mapagnilay-nilay na kapayapaan at isang estado ng malalim na katahimikan. Sa kapayapaan ng pagmumuni-muni, lahat

ng alon ng mga sensasyon at kaisipan ay tumitigil sa pag-
agos mula sa isipan. At sa mas malalim na estado ng
kapayapaan, ang taong mapagnilay-nilay, sa katahimikang
iyon, ay nakikita ang kabilugan ng buwan ng banal na
.presensya na makikita sa lawa ng kaluluwa

May apat na estado na pamilyar ang isang karaniwang
tao: kaligayahan kapag natupad ang isang pagnanais,
kalungkutan kapag tinanggihan ito, pagkabagot kapag hindi
masaya o nalulumbay, at kapayapaan kapag nadaig ang
mga emosyong ito o sikolohikal na estado ng kasiyahan,
.sakit, at pagkabagot

Ang kapayapaan ay isang lubos na kanais-nais na
kalagayan, na nagmumula sa kawalan ng kalungkutan at
kasiyahan, at kawalan ng pagkabagot. Ang mga kalagayang
ito ay patuloy na nagbabago at umaalon sa ibabaw ng
kaluluwa. Matapos sakyan ang magulong alon ng sakit at
kasiyahan, kabilang ang paulit-ulit na paglubog sa kailaliman
ng pagkapagod, may kagalakan sa paglutang sa kalmadong
dagat ng kapayapaan. Ngunit higit pa sa kapayapaan ang
espirituwal na kaligayahan—ang kaligayahan ng kaluluwa—
ang sukdulang kaligayahan. Ito ay isang walang hanggang
kagalakan na hindi kumukupas kundi nananatili sa kaluluwa
magpakailanman. Ang pinakamataas na kagalakang ito ay
makakamit lamang sa pamamagitan ng kamalayan sa banal
.na presensya

Ang tunay na ngiti ay isang ngiti ng espirituwal na
kaligayahan na nakukuha mula sa pagmumuni-muni at pag-
.iisip tungkol sa Diyos at pagdamay sa Kanyang presensya
Ang aking ngiti ay nagmumula sa isang malalim na
kagalakan sa aking kalooban—isang kagalakang
mararanasan ng lahat. Ito ay parang bango na nagmumula
sa puso ng isang namumulaklak na rosas. Ang dakilang
kagalakang ito ay nag-aanyaya sa iba na ilubog ang kanilang
.sarili sa sagradong tubig ng kaligayahan

Sa liwanag ng mapalad na pagpapatawad, ang
kadiliman ng poot na naipon sa loob ng maraming taon ay
naglalaho

Mabilis na tinutupad ng Diyos ang anumang
pangangailangan ng Kanyang mga mananamba dahil
napalaya na nila ang kanilang mga sarili mula sa
makasariling mga motibo na sumisira sa mga pagsisikap at
.bumibigo sa mga pag-asa

Siyang pinoprotektahan ng Diyos, walang makakasira
Hindi tayo nag-iisa sa mundong ito, dahil ang Diyos ay
kasama natin, at may mga nagtatagal, matalik, at
palakaibigang ugnayan kung saan tayo kumukuha ng
.suporta at kagalakan

O nagniningning na bituin ng patnubay sa kalangitan ng
karunungan, ang iyong makinang na kislap ay nag-aanyaya
sa akin na galugarin ang iyong pinagpalang mga abot-tanaw,
at ang aking nananabik na ibon ay mabilis na sumusugod,
tumatagos sa siksik at madilim na kapaligiran, dulot ng
pananabik sa iyo at paglubog sa iyong pinakabanal na
.liwanag

Ang personalidad ng isang tao ay nagsisimulang
umunlad at mamulaklak kapag nararamdaman niya - sa
pamamagitan ng panloob at intuwitibong sensasyon - na
hindi ito ang matibay na pisikal na katawan kundi ang
.walang hanggang espirituwal na agos sa loob ng katawan

Kapag ang puso ng disipulo ay umaapaw sa
pagmamahal sa Diyos, ang kanyang mukha ay
magniningning na may ngiti ng kapayapaan at karunungan,
at ang mga patong ng kamangmangan na bumabalot sa
.kanyang kaluluwa ay madudurog at tuluyang maglalaho

Kapag tiningnan mo ang isang bulaklak o puno,
malalaman mo na ang mga magagandang anyo ng buhay na
ito ay hindi umiral nang mag-isa. Ang Diyos ang humubog sa
kanila at nagbigay sa kanila ng bango at napakagandang
.kagandahan

Palaging gampanan ang iyong mga tungkulin, maliit man o malaki, nang may malalim na atensyon, alalahanin na ang Diyos ang gumagabay sa iyong mga hakbang at nagpapalakas sa iyong mga pagsisikap upang makamit ang .iyong mga marangal na mithiin

Kapag ang isang tao ay kumonekta sa kanilang espirituwal na esensya, ang matagal nang nakalimutan at lumipas na mga panahon at ang imortal na kapangyarihan ng kaluluwa ay bumabalik sa kanilang kamalayan. Sa meditasyon, naaalala ng isa na sila ay isang imortal na .kaluluwa, hindi isang mortal na katawan

Saanman tayo makakakita ng mga tao, mabuti man o masama, na naghahanap ng kaligayahan sa sarili nilang paraan. Walang sinuman ang gustong saktan ang kanilang sarili. Kaya bakit may mga taong kumikilos sa mga paraang hindi maiiwasang magdulot sa kanila ng sakit at kalungkutan? Dahil ang mga kilos na iyon ay hinihimok ng .kamangmangan at maling akala

Hinihiling namin sa Iyo, O Panginoon, na liwanagan Mo kami ng liwanag ng Iyong karunungan at alisin Mo sa amin ang kadiliman ng kamangmangan at maling akala Ang isang taong may malay ay dapat maging maingat sa halip na matakot, at dapat linangin sa kanyang sarili ang isang pakiramdam ng katapangan nang walang kawalang-ingat at padalus-dalos upang hindi malantad ang kanyang sarili sa mga pangyayaring maaaring magdulot ng takot at .pagkabalisa

Ang karunungan ay hindi nakasalalay sa pagpasok ng impormasyon mula sa labas, kundi sa kapangyarihan ng panloob na pagtanggap, na siyang nagtatakda sa dami ng tunay na kaalaman na maaaring makuha at ang bilis kung .saan maaaring makamit ang kaalamang iyon

Ang mundong ito ay isa lamang entablado kung saan ginagampanan natin ang ating mga tungkulin sa ilalim ng pamamahala ng Banal na Tagapamahala. Dapat tayong

gumanap nang mahusay anuman ang uri ng mga tungkuling
itinalaga sa atin, laging alalahanin na ang ating mahalagang
.katangian ay walang hanggang kaligayahan
Ang pinakamatalino sa lahat ay siyang naghahangad na
makilala ang Diyos, at ang pinakamatagumpay sa lahat ay
siyang nakatagpo na ng Diyos

O Mahal na Diyos, nawa'y ikaw ang maging unang lugar
sa aming buhay, nawa'y punuin ng iyong nakapagpapagaling
na pag-ibig ang aming mga puso, at nawa'y pawiin ng iyong
pinagpalang liwanag ang kadiliman ng mga alalahanin sa
.aming mga kaluluwa

Ang kalayaan ay nangangahulugang pagkilos ayon sa
konsensya, hindi ayon sa dikta ng nakasanayan at
pagnanasa. Ang pagsunod sa ego at mga kapritso nito ay
nagbubunga ng mga limitasyon, habang ang pagsunod sa
mga udyok ng karunungan ay nagkakaloob ng kalayaan
.mula sa mga limitasyong iyon

Ang kapayapaan ng isip ay matatagpuan sa
pamamagitan ng malay at sinadyang pagpapaunlad ng
mabubuting katangian, na, kapag ganap na lumaki, ay hindi
maaaring alisin sa may-ari nito maliban kung pipiliin niyang
.isuko ang mga ito nang kusang-loob

Karamihan sa mga tao ay naghahanap ng kaligayahan
gamit ang mga maling pamamaraan. Ang ilan ay naniniwala
na maaari nilang doblehin ang kanilang kaligayahan sa
pamamagitan ng pag-aampon ng mga maling pag-uugali at
hindi malusog na mga kilos na tila nag-aalok ng kumikinang
na mga pangako ng labis at pangmatagalang kaligayahan,
at sila ay nalililang ng mga maling pangakong iyon, dahil
ang lasa ng tunay na kaligayahan ay hindi malalasap sa
.impyerno ng mga maling ilusyon at maling kilos

Ang bawat minuto ay walang hanggan dahil ang
kawalang-hanggan ay maaaring maranasan sa loob ng
minutong iyon. Ang mga araw, minuto, at oras ay mga
bintana kung saan natin masisilayan ang kawalang-hanggan.

Ang buhay ay maikli, ngunit kasabay nito ay walang katapusan at walang hangganan. Ang kaluluwa ay imortal, at sa maikling kabanatang ito ng buhay ng tao, dapat nating .sulitin ang bawat potensyal at pagkakataon na magagamit

Ang mga salitang espirituwal ay parang mga buto na nangangailangan ng matabang lupa upang sumibol, lumaki, mamulaklak, at mamunga

Ang espirituwal na paglago ay nangangailangan ng pagninilay-nilay sa sarili, pagsasaayos ng mga prayoridad sa buhay, pagtukoy at pag-aalis ng mga mapaminsalang gawi, at pagsunod sa mga tuntunin at batas sa kalusugan alinsunod sa umuunlad na espirituwal na pag-unawa at .lumalagong lakas ng pag-iisip

Kapag natikman ng disipulo ang banal na kagalakan, matutuklasan niya na ang Diyos ay naging mas totoo sa kanya kaysa sa anupaman, at matatanto niya na ang paghipo sa banal na presensya ay isang kaligayahan na .walang katumbas na kasiyahang pandama

Gumagawa ang Diyos upang gisingin ang espirituwal na kamalayan ng tao at gabayan ang kanyang kalooban sa tamang direksyon sa pamamagitan ng kagandahan ng birtud, ang kadakilaan ng pagpaparaya, ang kamahalan ng .karunungan, at ang karilagan ng espirituwal na kaligayahan

Hindi ko ituturing na estranghero ang iba dahil pakiramdam ko ay kapatid ko silang lahat. Gagawin kong matagumpay at makabuluhan ang buhay ko upang matulungan ko ang iba na magtagumpay at magtagumpay. Makikiramay ako sa iba at magpapakita sa kanila ng habag habang ipinapakita ko ang aking sarili. Mamahalin ko ang Diyos tulad ng pagmamahal sa Kanya ng mga propeta at mga banal, at itatapon ko ang pagkamakasari sa balon ng .aking pagmamahal sa iba

Sa kabila ng panandaliang buhay na ito sa lupa, na maaaring mamatay, ay naroon ang isang walang hanggan at hindi nagbabagong buhay. Ang katawan ay binubuo ng mga

elementong kemikal na nabubulok at nawawala, ngunit sa kabila ng panandaliang pag-iral na ito ay naroon ang isang walang hanggan at makalangit na buhay sa piling ng Diyos.

Samakatuwid, hindi natin dapat ituon ang lahat ng ating atensyon sa walang-hanggang katawang ito, at ang mga nagnanais nito ay dapat magtiis sa mga pagsubok nito at .maging mga panginoon nito

Ngayon ay susubukan kong tulungan ang mga nangangailangan at ibigay ang aking makakaya sa mga nagugutom

Ako'y ligtas at panatag sa pangangalaga ng Diyos at sa likod ng aking malinis na konsensya, ako'y kaisa ng liwanag ng kabutihan na gumagabay sa mga barko ng kaluluwang hinahampas ng mga alon ng kalungkutan sa dagat ng .kalituhan at pagkabalisa

Ngayon ay nararamdaman ko ang Diyos sa pamamagitan ng kapayapaang nanginginig sa loob ko at pumupukaw sa mga hibla ng aking puso

Gagawin ko ang lahat ng aking makakaya upang mapasaya ang iba, tulad ng pagsisikap kong mapasaya ang aking sarili, at sa pamamagitan ng aking espirituwal na kaligayahan ay maglilingkod ako sa lahat sa bahay ng banal na pag-ibig at wala akong katatakutan kundi ang aking sarili .kung susubukan kong linlangin ang aking konsensya

Mula sa mga hardin ng kaluluwa

May balak kang pumunta sa isang lugar, at minadali mo ang iyong sarili upang makarating doon nang mabilis. Pagdating mo, hindi mo nasisiyahan sa lugar dahil sa kasabikan, pagkabalisa, at marahil pati na rin sa kaguluhan na iyong nararamdaman. Sa halip, sikaping maging mas kalmado, mas mahinahon, at mas balanse. Kung ang iyong mga iniisip ay nakahilig sa pag-aalala at pagkabalisa, pilit na pigilan ang mga ito hanggang sa makabawi ang mga ito ng .kanilang kahinahunan

Ang excitement ay negatibong nakakaapekto sa balanse ng nervous system dahil nagpapadala ito ng malaking dami ng enerhiya sa ilang bahagi ng katawan habang inaalis ang natural na bahagi nito sa iba. Ang kawalan ng balanseng ito sa distribusyon ng enerhiya ang sanhi ng nerbiyos. Ang isang kalmado at relaks na katawan ay nagpapakalma sa mga nerbiyos at nagtataguyod ng sikolohikal na kagalingan.

Kasuwato ng Diyos, unti-unting nagsisimulang mabuo ang panloob na pananaw. Dapat magkaroon ng lubos na pananampalataya na sasagutin ng Diyos ang bawat taospusong panalangin. Sinumang bumaling sa Kanya upang humingi ng kaliwanagan ay mabubuksan ang kanilang paningin at magliliwanag ang kanilang isip at puso.

Kapag nabuksan ang pananaw, ito ay nagpapakita bilang isang pakiramdam na tila nagmumula sa puso, isang pakiramdam ng malalim na kalinawan at katumpakan. Sa pamamagitan ng pakiramdam na ito, ang naghahanap ay nagkakaroon ng matibay na paniniwala at matibay na gabay upang tahakin ang tamang landas, at unti-unting nakikilala at pinagkakatiwalaan ang pakiramdam na ito.

Hindi ito nangangahulugan ng tuluyang pagtalikod sa pag-iisip; ang mahinahon at walang kinikilingang pag-iisip ay humahantong din sa malalim na pag-unawa. Ang emosyonal na pag-iisip, na hinihimok ng kayabangan at pagpapahalaga sa sarili, ay humahantong sa mga hindi pagkakaunawaan at maling konklusyon.

Tanggihan ang mapanirang pagdududa at mga maling paniniwala nang buong puso, at ibaling ang iyong puso at kaluluwa sa larangan ng pananampalataya at ganap na pagtitiwala sa Diyos. Sa katahimikan ng pagmumuni-muni, ang iyong kamalayan ay makakapagtuon sa katotohanan at tamang pag-unawa. Sa karanasang ito, ang pananampalataya ay namumulaklak at nabubuksan, at sa pamamagitan ng pananaw, mararanasan mo ang hindi pa

nakikita ng mata, hindi pa naririnig ng tainga, at hindi pa
.naiisip ng isip ng tao

Ang bawat hininga ng aking pananabik at pagsusumamo
ay nagbubukas ng mga pinto at bintana sa aking kaluluwa
.kung saan ako patungo sa kaligayahan ng Diyos
Kung paanong sumisikat ang araw sa pinakamaabalang
mga kalsada, makikita ko rin ang mga sinag ng banal na
pag-ibig sa lahat ng mataong lugar ng aking pang-araw-araw
.na gawain

Pagpalain mo ako, O Panginoon, upang magising ko ang
aking kaluluwa sa buwang-liwayway at madala ito sa Iyong
pinagpalang pintuan

O Panginoon, pagkalooban Mo po ako ng mapagbigay
na espiritu upang ibahagi sa iba ang aking mga kakayahan,
at tulungan Mo po akong makita sa tahimik na lawa ng aking
isipan ang repleksyon ng buwan ng aking kaluluwa na
.nagniningning sa liwanag ng Iyong presensya

Ngayon ay sisid ako nang malalim sa dagat ng
pagmumuni-muni at pagninilay-nilay sa Diyos hanggang sa
matagpuan ko ang mga perlas ng karunungan at banal na
.kagalakan

Mamahalin kita, Panginoon, higit sa lahat, dahil kung
wala ka, hindi ko kayang mahalin ang sinumang tao o
.anumang bagay

Sa kaibuturan ng mga bundok at tahimik na kalangitan,
at sa kaibuturan ng aking kaluluwa at ng kweba ng
katahimikan, nararamdaman ko ang presensya ng Diyos at
nararamdaman ang Kanyang patuloy na kagalakan, at
umiinom ako mula sa Kanyang dalisay na mga bukal na hindi
.tumitigil o natutuyo magpakailanman

Mahal at sinasamba Kita, O Panginoon, na ang pag-ibig
ay naghahari sa bawat mabait at mapagmahal na puso

May humiling sa gurong si Paramahansa na ipakita sa
kanya ang isang paraan upang mapaunlad ang isang kaakit-
akit at mapang-akit na personalidad, at sinabi niya: Dapat

kang maging aktibo sa pag-iisip kapag nakikipag-ugnayan sa
iba dahil ang pagiging limot ay mas nakakasira sa pagkatao
ng isang tao kaysa sa anumang bagay. Siyempre, hindi ko
tinutukoy ang pagiging limot ng mga dakilang tao, na ang
.mga iniisip ay karaniwang nakatuon sa malalalim na bagay
Maging laging alerto at mapagmatyag, at ikaw ay
magiging isang kaakit-akit na pang-akit
Walang gustong balewalain. Gusto nating lahat na
isaalang-alang at bigyang-pansin ang ating mga
nararamdaman, at gayundin, dapat nating isaalang-alang
ang damdamin ng iba at ipakita ang konsiderasyon sa kanila
upang makamit ang pagkakasundo at pag-unawa. Upang
magawa ito, dapat kang maging alerto, mapagmasid, at
.matulungin sa lahat ng tao sa paligid mo
Walang kapangyarihan ang mga patay na mang-insulto
sa iba, ngunit ang taong hindi sila pinapansin ay may
.kapangyarihang mang-insulto sa iba
Kapag kasama mo ang iba, makipag-ugnayan sa kanila
nang may atensyon, masigla, at may interes, ngunit iwasang
.pag-usapan ang iyong sarili

Gusto ng lahat na pag-usapan ang kanilang sarili, ngunit
ito ay isang mahinang pamamaraan. Hayaan ang iba na pag-
usapan ang kanilang sarili kung nais nila; pakinggan ang
kanilang sasabihin. Hayaan silang magsalita tungkol sa
kanilang mga problema, kanilang mga nagawa, at kanilang
mga impresyon, ngunit hayaan ang iyong magnetismo na
magsalita para sa iyo. Ang liwanag ng lampara ay malinaw
na nagsasalita para sa sarili nito; hayaan ang iyong tahimik
na mga vibrasyon na magsalita para sa iyo nang may pantay
.na kalinawan

Ipinakita sa akin ng Diyos sa isang pangitain na ang
mga namamatay sa labanan ay may kakila-kilabot na
panaginip ng kamatayan, ngunit sa sandaling bumangon ang
mabubuti mula sa katawan, sila ay nagigising na parang

mula sa isang nakakagambalang bangungot at natutuwa na
.malaya na rito

Ang lahat ng ating mga karanasan sa buhay ay bahagi
ng kosmikong panaginip. Ang sangkatauhan ay lumikha ng
bangungot ng digmaan, ngunit pagkatapos umalis ang mga
biktima ng bangungot na ito sa kanilang mga katawan,
napagtanto nila na ito ay isang kakila-kilabot na panaginip
kung saan sila nagising, at naunawaan nila na hindi sila
.patay. Ito ay isang malalim na metapisikal na katotohanan
Kung alam ng isang tao na nananaginip sila, hindi sila
magdurusa sa mga nakakagambalang karanasan sa
panaginip. Ngunit kung makakamit nila ang
pagsasakatuparan ng sarili sa loob ng panaginip at may
isang taong nagbigay ng nakamamatay na suntok, ang
kamatayan sa panaginip na iyon ay tila isang tunay at
nakakatakot na pagsubok hanggang sa magising sila at
.mapagtanto na hindi ito totoo

Ito rin ay naaangkop sa kalagayan pagkatapos ng
kamatayan. Sa sandaling lisanin natin ang ating mga
katawan, napagtatanto natin na ang ating kamalayan ay
hindi namatay, kundi tayo ay napalaya na mula sa katawan
at sa mga materyal na limitasyon at limitasyon nito, at sa
.kalayaang iyon nakasalalay ang isang dakilang kalayaan
Hindi natin dapat hilingin ang kamatayan, bagkus ay
ihanda ang ating kamalayan sa pamamagitan ng pakikipag-
isa sa Diyos at pagninilay-nilay sa Kanya, upang kapag
dumating ang kamatayan sa takdang panahon nito ay
.maituturing natin itong isang panaginip lamang
Nakikita ko ang mapangaraping kalikasan ng buhay at
kamatayan kahit kailan ko gusto Kaya naman, hindi ko
masyadong binibigyang-halaga ang katawang ito
Mayroong espirituwal na pisyolohiya na nasa ilalim ng
sistema ng nerbiyos na natatanging nagpapahintulot sa mga
tao na maabot ang pinakamataas na yugto ng pag-unlad ng
.kamalayan

Ang utak ng tao, na mas malaki kaysa sa utak ng
karamihan sa mga hayop maliban sa mga balyena at
elepante, ay mas kumplikado at nagtataglay ng mas
malaking kapasidad sa pag-iisip. Dahil dito, ang utak ng tao
ay isang angkop na instrumento para sa mga tao, na
nagtataglay ng mas maunlad na kamalayan kaysa sa ibang
mga nilalang. Ang masalimuot at masalimuot na mga paliku-
likong anyo ng utak ay nagbibigay-daan sa mga tao na mag-
isip nang malalim at malalim. Samakatuwid, tanging ang
sangkatauhan lamang ang may kakayahang umabot sa
matataas na antas ng pag-unawa, at dahil dito, makilala ang
Lumikha nito. Ang matalinong tao ay ang taong ginagamit
ang kanilang mga kakayahang intelektwal sa paglilingkod at
kapakinabangan ng sangkatauhan sa materyal, intelektwal,
at espirituwal na antas

Dumating ang taglamig na suot ang malamig, puti, at
mala-liryong balabal nito

Ang aking mga hangarin para sa mga kagalakan ng tag-
araw ay naglaho na

Sinabihan akong hanapin ang init ng iyong mabait na
puso

At nang lumitaw ang tagsibol, sumasayaw, pinalamutian
ng lahat ng uri ng mga bulaklak

Naaamoy ang bango ng mga bukid at burol, sinabihan
akong mahalin ka, aking Diyos

At dumating ang tag-araw, umaawit ng mga berdeng
himig nito sa malalambot na dahon, ang kaluskos ng mga
poplar, at ang kaluskos ng mga puno ng pino

Iginiit niya na bigkasin ko sa iyo

Kahit ang malambot at malambot na lupa ay humaplos
sa aking nagmamadaling mga paa

At hiniling niya sa kanila na lumapit sa iyong umiiral na
santuwaryo

Sinabi sa akin ng banayad na halimuyak na sundan ang
landas nito

Sa iyong banal na templo sa puso ng mga rosas at basil
na umuugoy
At sinabihan ako ng mga ibon na umawit sa iyo tulad
nila
At ang umaalon na simoy ng hangin sa ibabaw ng mga
sapa at batis
Ginising ko ang mga bula ng aking pag-ibig para sa iyo,
at nagsimula silang magliwaliw sa ibabaw ng iyong malaking
dibdib
At sa pamamagitan ng mga kurbadong hibla ng damo,
natuto akong yumuko
Yumuyuko ako sa iyo, O Panginoon
At ang insenso ay nagbalita rin sa akin ng kahanga-
hangang halimuyak ng iyong pabango
At paano ko dapat panatilihin ang aking puso ng
iyong sagradong halimuyak sa harap ng iyong walang
?hanggang trono
At ang maliliit, tahimik, at matiyagang mga bato ay
nagsabi sa akin upang makita kita kahit sa mga taong
nagtatangkang nakawin ang aking kaligayahan
Hiniling sa akin ng mga nakalimutang taon na
magpadala sa aking kapwa tao ng mensahe ng pagmamahal
at pagsinta na nakabalot sa bawat minuto at segundo
At bawat pag-iisip ay nagsasabi sa akin na hanapin ka
sa kanyang puso
Ang pagmamahal ko ang nagbigay inspirasyon sa akin
na mahalin ang lahat ng umiiral sa pamamagitan mo
At bumulong sa akin ang aking pag-ibig, "Mahalin mo
"ako ng buong lakas na taglay ko, O aking Diyos
Minsan ay nakahiga ako sa isang kama ng damo at mga
bulaklak at pinangarap na ang lahat ng bagay sa mundo ay
maganda at masaya
Ang aking ulo ay nakapatong sa matataas, berde, at
makakapal na damo, na nagpapaypay sa akin ng mga simoy
.ng hangin na may dalang matamis na halimuyak

Pagkatapos ay napilitan akong hawakan ang aking kamay at ang aking katawan, at ako'y namangha sa kadakilaan ng Lumikha nito. Oo, ako'y namangha na ako, na sigurado sa katotohanan ng aking katawan, ay balang araw ay iiwan ko itong magpahinga sa lupa—ang katawang ito na magiging malamig, maputla, at hindi gumagalaw sa oras ng kamatayan, habang ngayon ay tila masigla ito sa buhay at nagtataglay ng daan-daang sensasyon, milyun-milyong .kaisipan, at bilyun-bilyong pantasya at persepsyon

Ang katawang ito ang yugto kung saan nagbubukas ang mga kabanata ng buhay, kung saan namumulaklak ang mga usbong ng ngiti, na susundan lamang ng hindi maiiwasang pagdating ng kamatayan. Dito, sa gitna ng laman, buto, at dugo, at sa likod ng magandang maskara ng balat, nagkukubli ang mga lobo ng sakit at ang mga halimaw ng pagnanasa. At dito rin, sa ilalim ng laman, ay naroon ang isang lihim na daanan patungo sa kaharian ng liwanag. Ang katawang ito ay malalanta at maglalaho kapag ang panginoon nito—ang kaluluwa—ay umalis dito nang walang hanggan. At bakit hindi? Sapagkat kapag ang naliwanagang panginoon ng pisikal na tahanan ay napapagod nang manirahan sa maputik at gumuguhong kubo ng materya, na nakagapos ng mga tali ng nerbiyos na nangangailangan ng patuloy na pangangalaga, siya ay nakakahanap ng aliw sa ibang bahay sa isang sulok ng mundo ng Diyos—sa ibang larangan ng ganap na pag-iral kung saan ang halimuyak ng kagalakan ay kumakalat sa lahat ng dako at walang .humpay

Ang imortal na kaluluwa ay gumaganap ng papel ng buhay at kamatayan nang may walang hanggang ngiti, pagkatapos ay aalis patungo sa walang hanggang tahanan nito

Obligado ba ang mga manonood ng pelikula na manatili sa sinehan magpakailanman pagkatapos ng palabas? Tiyak na hindi. Dapat umuwi ang mga tao. Gayundin, ang mga

kaluluwa ay pumupunta rito upang tamasahin ang sinehan ng buhay, pagkatapos ay umaalis at bumabalik muli. Mahilig silang manood ng mga pelikula at dula, at kapag napagod na sila sa mga palabas na kanilang pinapangarap, at napag-aralan na ang mga aral na nais ng Diyos na matutunan nila, minsanan silang bumabalik sa tahanan ng walang hanggang .kaligayahan

Kapag ang mga pagpapahalaga ay hindi nakabatay sa katarungan, nagbubukas ang mga puwang kung saan tumatagos ang paghihirap at pagdurusa. Kung ang mga pagpapahalaga ay nakabatay sa pagkamakasarili, nakamamatay na tunggalian, at matinding kompetisyon, ang mga resulta ay marurumi dahil ang mga motibo ay marumi, .at ang pera ay hindi pagpapalain sa ganitong kaso Dapat linisin ng isang tao ang kanyang konsensya mula sa pagiging makasarili at huwag subukang pagyamanin ang kanilang sarili sa kapinsalaan ng iba. Ang tunay na kasiyahan ay espirituwal, hindi materyal, at ang tunay na pakinabang sa buhay ay ang pagkakaroon ng mga .kayamanan ng karunungan, kaalaman, at pag-ibig ng Diyos Dapat tayong mamuhay nang simple at laging magsikap na tulungan ang iba at mapabuti ang kanilang kalagayan hangga't maaari. Ngunit ang marangal na layuning ito ay salungat sa pagkamakasarili at kasakiman nang walang .pagsasaalang-alang sa iba

Ang mga makamundo ay hindi balanse at samakatuwid ay hindi itinuturing na matagumpay. Ang isang simple at balanseng buhay ay isang kahanga-hangang sining at isang tanda ng tagumpay. Ang mga taong ang tanging layunin ay .magkamit ng pera ay hindi makakatagpo ng pabor sa Diyos Totoo na itinanim sa atin ng Diyos ang pakiramdam ng gutom upang tayo ay makapagtrabaho at makapagtustos sa ating mga katawan, ngunit ang pagtustos sa katawan ay hindi lamang ang tanging layunin ng buhay. Ang layunin ay higit na dakila kaysa sa anumang materyal o temporal na

konsiderasyon, gaano man ito kahanga-hanga,
.kaluwalhatian, at kahanga-hanga

Isa sa mga disipulo ang nagtanong kay Master
Paramahansa kung paano maranasan ang banal na
presensya. Sumagot siya, "Tuwing gabi, bago matulog,
magnilay-nilay hanggang sa maramdaman mong ang iyong
kamalayan ay tumagos na sa mundo ng mga kaisipan at
pumasok sa ibang dimensyon. Gayunpaman, hindi lang iyon.
Matapos ibaling ang isip papasok, ang pananabik ay dapat
sumulong, at ang mga pagnanasa ay dapat sumugod na
parang baha patungo sa Diyos. Kapag isinuko ng disipulo
ang kanyang sarili nang lubusan sa Diyos, bigla niyang
maramdaman na nahawakan niya ang Kanyang pinagpalang
presensya at nakilala Siya. Makakakita siya ng isang
dakilang liwanag na may labis na ningning, at makakakita
siya ng mga anghel at mabubuting kaluluwa. O makakaamoy
siya ng nakalalasong halimuyak mula sa langit, at
malalaman niya na sinagot siya ng Diyos, at mabubuksan
ang kanyang pananaw, at ihahayag sa kanya ng Diyos ang
mga lihim ng buhay. O maaari siyang mabalot ng malaking
kapayapaan habang nagmumuni-muni. Kung magpapatuloy
siya sa pagmumuni-muni at ipagkakaloob ng Diyos sa kanya
ang Kanyang dakilang pagmamahal, makakaramdam siya ng
isang banal na kagalakan na hindi mailalarawan. Mapalad
".ang taong pinagkalooban ng napakasayang karanasang ito
Ang banal na pag-ibig ay nagbubukas ng pintuan ng
langit, kung saan ang naghahanap ay pumapasok sa
presensya ng Diyos

Kung ang isang tao ay humingi sa Diyos, ang
mapagbiyaya at matalino, ng tinapay ng buhay na walang
hanggan, hindi Niya sila bibigyan ng bato ng materyal na
kamangmangan. Kung ang isang mananamba ay
naghahanap ng pagkain ng karunungan, hindi sila bibigyan
ng Diyos ng ahas ng panlilinlang. Kung ang isang
mananamba ay humingi sa Diyos ng diwa ng banal na

kaligayahan na pumapawi ng lahat ng uhaw, hindi Niya sila bibigyan ng alakdan ng pagkabalisa at sikolohikal na pagkabalisa. Kung ang mga nalinlang na tao ay alam kung paano magbigay ng mabubuting kaloob sa kanilang mga anak, gaano pa kaya ang Panginoon—ang pinagmumulan ng lahat ng kabutihan at kagalakan—ay magbibigay ng espirituwal na kaalaman at kaliwanagan sa mga
!nagmamahal sa Kanya

Ibinibigay ng Diyos ang pinakamataas na karunungan at pinakadakilang kaalaman sa mga naghahanap sa mga ito, at ipinagkakaloob Niya ang Kanyang sarili sa taimtim na naghahanap na hindi tumatanggap ng anumang kapalit. Siya na naghahanap sa Diyos nang buong puso at kaluluwa ay ang pinakamarunong sa lahat, at ang pinakamamahal ng Diyos sa mga tao. At kapag tumindi ang pananabik ng sumasamba, nakatatanggap siya ng isang bihira at minamahal na tugon mula sa Diyos at nararanasan ang natatanging kaligayahan ng pag-ibig na nararanasan ng mga .nagmamahal sa Minamahal

Ang matalinong tao na gumaganap ng kanyang bahagi sa kosmikong panaginip na ito nang may espirituwal na kamalayan at lumalagong banal na pananabik ay malapit sa Diyos at mahal sa Kanya. Siya ay nagtataglay ng dalisay na pag-ibig at minamahal ang Diyos nang walang anumang makasariling motibo at walang anumang paunang kundisyon, tulad ng pagsasabi, halimbawa, "O Panginoon, sasambahin kita sa kondisyon na bibigyan mo ako ng ".kalusugan, pera, at isang komportableng buhay
Sa pagitan ng matalino at ng Diyos ay mayroong malalim at walang hanggang pag-ibig na walang hanggan. Kung ang isang tao ay humihingi sa Diyos ng isang bagay na tiyak, lubos na alam ng Diyos na ang tao ay mas interesado .sa Kanyang mga kaloob kaysa sa Kanya

Hindi mali para sa isang tao na manalangin para matugunan ang kanilang mga pangangailangan, ngunit

kapag sila ay nagsusumamo upang makilala ang Diyos at masdan ang liwanag ng Kanyang maluwalhating mukha, hindi nila dapat hangarin ang anumang personal na pakinabang mula rito, ni hindi dapat limitahan ang kanilang mga iniisip sa mga kaloob mismo, kundi sa Tagapagbigay mismo. Kapag nagawa ito ng naghahanap nang taos-puso, awtomatiko nilang matatanggap ang lahat ng iba pang mga kaloob mula sa bukal ng pagkabukas-palad at karagatan ng .kasaganaan

Isa sa mga disipulo ang humingi ng payo sa gurong si

Paramahansa kung paano kumilos sa ilang partikular na :sitwasyon at kung paano makitungo sa iba, at sinabi niya

Sundin ang katotohanan at huwag lumihis dito, at iwasan ang pagsasabi ng anumang bagay na maaaring makasakit sa iyo o sa iba, kahit na ito ay totoo , hangga't hindi ka naliligaw sa diwa ng katotohanan. Kasabay nito, hindi ka dapat pumunta sa kabaligtaran na sukdulan at magsinungaling upang maiwasan ang pagsasabi ng .masasakit na katotohanan

Maging tapat sa iyong sarili at sa iba nang hindi iniisip ang mga hindi kinakailangang bagay. Magsalita ng totoo at iwasan ang pagsasabi ng mga bagay na makakasakit o makakasama sa sinuman. Huwag mong ibunyag ang lahat ng iyong mga sikreto sa ngalan ng katapatan at transparency, dahil kung ibubunyag mo ang iyong mga kahinaan, susubukan ka nilang saktan o kutyain anumang oras na gusto nila. Bakit mo sila bibigyan ng sandata na ?magagamit nila laban sa iyo

Magsalita at kumilos sa paraang magdudulot ng kaligayahan at kapayapaan sa iyong sarili at sa iba

Kinakailangang malinang ang espirituwal na pag-unawa upang malaman ang pagkakaiba sa pagitan ng katotohanang nagdudulot ng kabutihan at ang pagsasalaysay ng mga katotohanan nang hindi isinasaalang-alang ang mga kahihinatnan na maaaring ibunga nito,

sapagkat ang mga bagay ay hinuhusgahan batay sa kanilang mga wakas. Hindi ipinapayong sabihin ang lahat ng iyong nalalaman, ni hindi rin ipinapayong maging maingat at lihim tungkol sa mga bagay na dapat malaman ng iba para .sa kanilang sariling kabutihan

Kapag wala kang ganap na pag-unawa, makabubuting manatiling tahimik sa pagsasalita hanggang sa magkaroon ka ng direktang pag-unawa sa katotohanan na may patas na .resulta para sa lahat

Patuloy na isipin ang Diyos at humingi ng tulong at patnubay Niya, at ang iyong pananaw ay mabubuksan upang makita mo nang malinaw ang mga bagay-bagay at sa .gayon ay mas mahusay mong makikilala ang mga ito

Binibigyan ng kabataang sigla ang mga selula ng katawan

Ang enerhiyang kosmiko ay dumadaloy sa katawan nang palagian at walang tigil, ngunit karamihan sa mga tao ay hindi nakakaalam ng masaganang siglang ito. Ang mga nakakaramdam nito ay nakakaranas ng pag-agos ng enerhiya sa kanilang mga selula at isang nakakapreskong .agos na nagbibigay sa kanila ng panibagong lakas
Ang buong kalikasan ay yumuyuko bilang paggalang sa Panginoon ng Sansinukob, at ang Kanyang kapangyarihan ay dumadaloy sa sangkatauhan. Ang problema ay nasa kabiguan na malinaw ang isang matibay na koneksyon sa pagitan ng sangkatauhan at ng pinagmumulan ng lahat ng kapangyarihan. Nabubuhay tayo nang direkta sa pamamagitan ng banal na kapangyarihan, at lahat ng iba pang kapangyarihan ay walang silbi kung wala ang .nagpapanatiling kapangyarihan ng Diyos
Pagkain, oksiheno, at sikat ng araw—ang mga elementong ito ay maaaring magbigay sa atin ng ilang antas ng kalusugan, ngunit kailangan nating maunawaan kung paano makamit ang kumpletong kalusugan mula sa Walang-hanggang Pinagmumulan. Ang mga pinagmumulan ng

materyal ay parang maliliit na baterya na kalaunan ay nauubusan ng karga, habang ang Walang-hanggang Pinagmumulan ay isang makapangyarihang generator na ang kapangyarihan ay hindi nababawasan, patuloy na nagbibigay sa kaluluwa ng sigla, kaligayahan, at lakas. Samakatuwid, napakahalaga na umasa sa Walang-hanggang .Pinagmumulan hangga't maaari

Ang taong nagnanais ay dapat matutunan ang tamang paraan upang makinabang mula sa mahalagang suplay na iyon nang direkta mula sa pinagmumulan nito, at dapat mapagtanto na ang pag-iisip ay realidad, sapagkat ang lahat ng natural na penomeno ay isang sagisag ng banal na pag-iisip dahil naisip ng Diyos ang mundong ito bago ito likhain

Marami ang naniniwala na ang pag-iisip ay produkto ng katawan, ngunit ang lubos na tumpak na pagkabuo ng katawan, at ang kahanga-hangang koordinasyon sa pagitan ng mga bahagi at organo nito, ay malinaw na nagpapahiwatig na ang katawan ay ang nilikha ng isang .napakataas na kosmikong pag-iisip

Ang isip ang pangunahing elemento na kumokontrol sa katawan, at napakahalaga para sa isang tao na iwasan ang mga mungkahi sa pag-iisip ng mga kakulangan ng tao tulad ng sakit, panghihina, pagtanda, at pagkabigo, at tiyakin sa kanyang sarili na ang isang walang-kaubos na aktibidad ay dumadaloy sa kanya, at ang aktibidad na ito ay pinagkalooban ng katalinuhan at kayang singilin ang mga .selula ng katawan ng kagalingan at sigla ng kabataan

Ang pag-iisip ay ang utak, ang mga emosyon, at ang mga pandama ng bawat buhay na selula; mayroon itong kapangyarihang panatilihing aktibo at alerto ang katawan o matamlay at tamad. Ang pag-iisip ang panginoon, at ang mga selula ng katawan ang mga nasasakupan nito, na sumusunod sa mga utos at pagbabawal ng kanilang kataas-taasang panginoon: ang pag-iisip

Binibigyan natin ng malaking pansin ang kalidad ng
pagkaing kinakain natin araw-araw, at gayundin, dapat
nating bigyang-pansin ang kalidad ng intelektwal at
sikolohikal na pagkaing ibinibigay natin sa ating isipan araw-
.araw

Sinasabi ng metapisikal na siyentipiko na ang katawan
ay hindi isang electromagnetic wave kundi isang alon ng
.kamalayan na lumulutang sa dagat ng banal na kamalayan
Araw-araw, dapat nating palakasin ang ating pisikal na
lakas, dagdagan ang ating mental na lakas, at kilalanin ang
ating tunay na sarili sa pamamagitan ng pagmumuni-muni,
matinong pag-iisip, at positibo at produktibong gawain na
.magkakasamang makikinabang sa katawan, isip, at espiritu

Biniyayaan ako ng Diyos ng kaligayahan sa
mahahabang taon ng aking buhay. Makita man ng mga tao
ang ngiti ng kasiyahan sa aking mukha o hindi, ang banal na
kagalakan ay laging kasama ko at hindi ako iniiwan. Ang
dakilang ilog ng kaligayahan ay patuloy na dumadaloy sa
ilalim ng buhanginan ng aking kamalayan at bumubulwak
bilang mga pinagpalang bukal na nagdidilig sa mga hardin
.ng aking buhay

Hindi kayang guluhin ng mga biglaang pagbabago sa
buhay ang aking kapayapaan, ni hindi kayang alisin ng multo
ng kamatayan ang espirituwal na kaligayahang aking
.nararamdaman

Mahirap gawing permanente at hindi mababago ang
kalagayang iyon, ngunit ang mga bunga ng espiritu na
ngayon ay tinatamasa ko at ibinabahagi ko sa iba ay sulit sa
.lahat ng pagsisikap na ibinuhos ko rito
Ako'y nag-iisip at kumikilos na ginagabayan ng banal na
espiritu. Ang pera ay hindi kailanman naging layunin ko sa
buhay, bagkus ay ang paglilingkod sa aking mga kapatid sa
sangkatauhan. Kaya naman, binuksan ng Diyos ang
maraming pinto ng kabutihan para sa akin upang
matustusan ang aking sarili at matupad ang aking misyon.

At sa tuwing kailangan ko ng tulong, agad itong ibinibigay ng
Diyos

Ang tanging hangarin ko ay paglingkuran ka, at kaya
ako narito

Ang kapangyarihan ng Diyos ay gumagana rin sa inyong
buhay. Mararanasan ninyo mismo ang katotohanang ito
kapag lumakas ang inyong pananampalataya at napagtanto
ninyo na ang tunay na kayamanan ay hindi nagmumula sa
materia na tagumpay kundi sa Makapangyarihan
Bagama't ang buhay ay tila hindi mahuhulaan, pabago-
bago, at mahiwaga, puno ng mga pagdududa at lahat ng uri
ng problema at kaguluhan, nananatili tayo sa ilalim ng
patuloy na proteksyon ng Diyos. Hindi natin dapat palakihin
ang mga bagay-bagay o mawala ang ating kahinahunan sa
harap ng mga pangyayari, dahil kung hahayaan nating
madaig tayo ng takot, binibigyan natin ng kapangyarihan
ang kasamaan at pinalalalim ang mga ugat nito, na lumalaki
at umuunlad sa lupa ng takot at pagkabalisa

Hindi natin dapat asahan na makakatagpo tayo ng
pangmatagalang kaligayahan at kapayapaan sa mga
pagsubok sa buhay; sa halip, dapat nating hanapin at
tuklasin ang mga ito sa ating sarili. Kung gayon, anuman ang
ating mga karanasan, haharapin natin ang mga ito sa
parehong paraan ng panonood natin ng mga karanasan ng
iba sa isang pelikula, masaya man o masakit

Maaaring gawing masasakit at malungkot na pagsubok
ng isang tao ang lahat ng kanilang mga karanasan kung
hahayaan nilang gawin ito ng kanilang isipan. Maaaring
magtamasa sila ng mabuting kalusugan ngunit hindi nila
pinahahalagahan ang halaga nito. Ngunit kung sila ay
magkasakit, magpapakumbaba sila at pahahalagahan ang
biyaya ng kagalingan. Dapat nating kilalanin ang biyaya ng
Diyos at pasalamat Siya sa mga biyayang ipinagkakaloob
Niya sa atin nang hindi na hinihintay pa ang mga hindi

magandang pangyayari upang tayo ay magpasalamat at
.kilalanin ang Kanyang biyaya

Ang buhay ay dapat na isang timpla ng pagninilay at
pagkilos. Kapag ang isang tao ay nawalan ng kanilang
sikolohikal na balanse, sila ay nagiging mahina sa pagdagsa
ng mga alalahanin, mga ulap ng kalungkutan, at mga kirot
ng sakit. At kung susubukan nilang labagin ang mga batas
ng kalusugan, kasaganaan, at karunungan, sila ay tiyak na
.magdurusa sa sakit, kahirapan, at kamangmangan
Dapat nating panatilihin dalisay ang ating mga
intensyon, malinis ang ating mga motibo, at kumilos sa
paraang magdudulot sa atin ng kapayapaan ng isip, at
huwag hayaang ang mga pangyayari sa buhay ay
makagambala sa ating kapayapaan at makasira sa ating
.kaligayahan

din ang ating talino at tanggihan ang pasanin ng
kahinaang intelektwal at moral na minana mula sa
maraming taon at henerasyon. Ang mga karumihang ito ay
dapat sunugin sa apoy ng panibagong determinasyon at
produktibong pagkilos. Sa pamamagitan ng nakabubuo na
pamamaraang ito, ang tunay na nakatuong indibidwal ay
.maaaring maabot ang abot-tanaw ng kalayaan at kalayaan

Ang mga walang hanggang batas ng kaligayahan

Sinasabing noong ginintuang panahon ng isa sa mga
matuwid na pinuno ng India, walang nangyaring insidente,
maagang pagkamatay, o natural na sakuna na nakagambala
sa kapayapaan at ganap na pagkakaisa ng kanyang
.kaharian

Kapag ang mga miyembro ng pamilya ay namumuhay
nang may higit na integridad, ang bawat tahanan ay
makakaranas ng higit na pagkakasundo, kalusugan, at
pagmamahal. Ngunit kapag ang mga miyembro ng pamilya
ay nagtrato sa isa't isa nang may pangit na pagkamakasarili,
ang tahanan ay awtomatikong mapupuno ng alitan at poot.
Ito rin ay naaangkop sa mga bansa. Kapag ang mga tao ay

namumuhay nang may katapatan at integridad,
.masasaksihan nila ang Kaharian ng Diyos sa Lupa
Maikli ang panahon Ngayon ay narito tayo, bukas ay
aalas tayo Ang paghahanap sa Diyos ang pinakamataas na
pribilehiyo ng sangkatauhan Dapat nating samantalahin ang
kalayaang ibinigay sa atin ng Diyos sa buhay na ito at
gamitin ito nang matalino upang personal nating maranasan
ang mga walang hanggang espirituwal na katotohanan
Ang kasalanan ay lahat ng bagay na nagdudulot ng
sakit at pagdurusa para sa isang tao. Ang birtud ang
nagpapasaya sa kanila magpakailanman. Kung ang isang tao
ay walang espirituwal na pagkakasundo sa kanilang mga
iniisip at kapayapaan sa loob nila, ang isang bagong bahay,
bagong kotse, o anumang bago ay hindi makapagdudulot ng
kaligayahan at katahimikan sa kanilang kaluluwa; sa halip,
ang kanilang panloob na paghihirap ay mananatili kahit na
.makamit ang mga bagong bagay na iyon at higit pa
Ang tunay na kaligayahan ay nakasalalay sa
kakayahang harapin ang mga pangyayari at mapaglabanan
ang lahat ng panlabas na pagsubok. Matatagpuan ito kapag
kaya mong tiisin ang matinding sakit at malupit na
paghihirap na dulot ng pagtatangi at malisyosong
pagtatangka ng iba na saktan at bitag ka, at tinutugunan mo
ang kanilang mga pagkakasala nang may pagmamahal at
kapatawaran. Kapag napanatili mo ang kapayapaan ng iyong
isip sa kabila ng masasakit na tusok ng mga panlabas na
.pangyayari, saka mo matitikman ang kaligayahan
Sinasabi ng Banal na Kasulatan na ang mga taong hindi
sumusunod sa mga utos ng Diyos at sumusunod sa kanilang
mga hangal na pagnanasa at kapritso ay hindi makakatagpo
ng kaligayahan o makamit ang kanilang pangunahing
layunin. Hinihimok nila ang naghahanap ng katotohanan na
gawing gabay at hukom ang Banal na Kasulatan sa pagtukoy
kung ano ang dapat gawin at kung ano ang dapat iwasan, at

upang maunawaan ang mga bagay-bagay at kumilos ayon
.sa karunungan

Ang mga taong may tiwala sa sarili ay ang mga
kumikilos nang may integridad. Ang kaligayahan ay
nagmumula lamang sa mga dalisay na kaisipan at matuwid
na kilos. Kung masaya ka ngayon, magiging masaya ka rin
.sa hinaharap, dito man o sa kabilang buhay
Dapat nating tipunin ang ani ng magandang kapalaran
sa pamamagitan ng pagtitipon ng mga bunga ng
karunungan habang sumisikat ang araw ng mga
pagkakataong makukuha. Sa madaling salita, dapat nating
samantalahin ang mga pagkakataon bago pa mahuli ang
.lahat

kung hindi Samantalahin ang pagkakataon, dahil)
(mo ito samantalahin, ito ay magiging dahilan ng pagsisisi
Binigyan tayo ng Diyos ng mga espirituwal na batas na
tinatawag na mga utos. Ngunit ang mga utos na ito ay
binabalewala at nilalabag araw-araw at saanman. Maliban
kung mauunawaan ng mga tao ang espirituwal na kahulugan
ng mga ito, palagi silang magrereklamo tungkol sa mga ito
at tatalikod sa mga ito. Ang mga utos na ito ay walang-
kupas na mga kodigo ng pag-uugali na itinataguyod ng lahat
ng relihiyong Abrahamiko. Gayunpaman, ang mga teksto ay
kadalasang nabibigong ipaliwanag ang mga sikolohikal na
aspeto ng mga utos na ito at ang mga benepisyong
nauugnay sa pagsunod sa mga ito. Tinatanggap ng mga tao
ang mga utos na ito sa mga lugar ng pagsamba ngunit hindi
sinusunod ang mga ito sa labas ng mga ito, na binibigyang-
katwiran ito sa pamamagitan ng pagsasabing ang mga
patakarang ito ay hindi praktikal, hindi makatwiran, at hindi
naaayon sa panahon. Gayunpaman, ang paglabag sa mga
.utos na ito ang ugat ng lahat ng paghihirap sa mundo
Ngunit ano ang pakinabang ng mga utos na iyon at saan
?nakasalalay ang mga bentahe nito

Pinapayuhan ng mga banal na aklat ang tao na pagnilayan ang Diyos, ilubog ang kanyang isipan sa Kanya, isuko ang lahat ng bagay sa Kanya, at sambahin Siya nang may taos-pusong pagsamba, walang halong pagkukunwari .at walang bahid ng pagkukunwari

Ang pagkilala sa Diyos ang dapat na maging pangunahing layunin ng buhay. Ang mga makamundong tungkulin ay hindi matutupad kung wala ang kapangyarihang ipinagkaloob ng Diyos sa sangkatauhan. Ang pagsasagawa ng mga ordinaryong tungkulin habang .nililimot ang Diyos ay isang pagkakamali at isang kasalanan Ang kasalanan ay nangangahulugang kamangmangan: pagkilos sa paraang salungat sa pinakamalaking kabutihan ng tao

Bakit nalulungkot at nanghihinayang ang mga tao? Dahil hindi sila kumilos nang matuwid dahil hindi ang Diyos ang .una sa kanilang mga puso

Walang bagay sa buhay ng isang tao ang dapat ituring na mas mahalaga kaysa sa Diyos. Kung ang isang tao ay tunay na nagmamalasakit sa Diyos at tinutupad ang kanilang espirituwal na tungkulin sa Kanya, ang kanilang mga kalagayan ay bubuti sa lahat ng paraan, at sila ay makakaramdam ng ligtas at panatag sa kabila ng lahat ng .mga nakapaligid na pangyayari

Sa sandaling magsimulang sumamba ang isang tao sa mga ari-arian, pera, katanyagan, o anumang bagay bukod sa Diyos, ang kalungkutan ang kanilang mararanasan. Ang mga taong nakatuon ang lahat ng kanilang atensyon sa mga bagay na ito ay sa katotohanan ay sumasamba sa mga ito, at samakatuwid ay hindi sila lumalapit sa Diyos kundi sa halip ay lumalayo sa Kanya. Ngunit ang mga nagninilay-nilay sa Diyos, nagmumuni-muni sa Kanya, at nakikipag-ugnayan sa Kanya sa kanilang mga puso ay lumalapit sa Kanya at nakakaranas ng panloob na kagalakan sa kanilang tahimik .na pakikipag-ugnayan sa Kanya

Ang Diyos lamang ang may kakayahang tuparin ang mga pangarap at pag-asa ng tao para sa pangmatagalang kaligayahan. Kaya naman, walang dapat hayaang pumalit sa .lugar ng Diyos sa puso

May mga sagradong simbolo na maaaring makatulong sa naghahanap na maalala ang Diyos at mapalapit sa Kanya.

Gayunpaman, kung ang isang tao ay magsisimulang sumamba sa mga simbolong ito, ang kanilang pinsala ay mas malaki kaysa sa kanilang benepisyo. Ang pagsamba ay dapat na idirekta lamang sa Diyos, dahil wala nang iba pang .karapat-dapat sambahin

Anuman ang uri ng ritwalistikong pagsamba, ito ay katanggap-tanggap sa Diyos hangga't isinasagawa ito ng sumasamba nang may espirituwal na kamalayan at pananabik sa Kanya. Gayunpaman, maraming tao ang hindi nakakaunawa sa diwa ng pagsamba, at ang kanilang mga iniisip at puso ay nalilihis mula sa Diyos patungo sa mga ritwal, kaya hindi gaanong nakikinabang sa kanilang .pagsamba

Hindi hinahayaan ng mga tunay na mananamba na ang kanilang kamalayan ay makulong sa anumang imahen o anyo, kundi nakatuon sila nang may pinakamalalim na pagmamahal at buong atensyon sa banal na espiritu sa likod .ng lahat ng imahen at anyo

Ang Diyos ay ganap at walang hanggan, at walang imahe o estatwa ang makapagpapatibay sa Kanya Masasabing ang Diyos ay nagpapakita ng kanyang sarili sa bawat taong taos-pusong nagmamahal sa Kanya at nakikiisa sa Kanya, dahil Siya ay naroroon sa lahat ng dako at samakatuwid ay naroroon sa lahat. Gayunpaman, hindi lahat ay may kakayahang magpakita ng banal na presensya.

Ang araw ay pantay na sumisikat sa uling at diyamante, ngunit ang diyamante ay tumatanggap at sumasalamin sa sikat ng araw, habang ang uling ay hindi. Gayundin, lahat ng tao ay nakalubog sa liwanag ng Diyos, ngunit iilan lamang

ang nakakatanggap ng liwanag na iyon at sumasalamín dito sa kanilang mga iniisip at kilos. Upang magawa ito, dapat nilang linisin ang kanilang sarili sa pamamagitan ng pagmumuni-muni at sa pamamagitan ng pagsunod sa mga .banal na turo at utos

Kapag binibigkas natin ang pangalan ng Diyos, dapat tayong maging malalim at taos-puso sa ating sinasabi. Kung makikita mo ang iniisip ng mga tao habang nananalangin, makikita mo na karamihan ay iniisip ang lahat maliban sa Diyos, kahit na binibigkas nila ang Kanyang pangalan! Ang .ganitong panalangin ay walang bunga at walang saysay Kapag tayo ay nananalangin, dapat nating sikaping ituon ang ating buong isipan sa Diyos, sa halip na paulit-ulit lamang ang Kanyang banal na pangalan habang hinahayaang gumala ang ating mga iniisip. Isa sa aking mga tiyahin ay madalas na binibigkas ang kanyang mga panalangin sa mga prayer beads, na bihirang matanggal sa kanyang kamay. Ngunit isang araw ay inamin niya sa akin na sa kabila ng pagsasagawa ng ganitong gawi sa panalangin sa loob ng apatnapung taon, hindi sinagot ng Diyos ang kanyang mga panalangin. Hindi nakakapagtaka! Ang kanyang mga "panalangin" ay wala kundi isang ugali ng .nerbiyos

Kapag tayo ay nananalangin, wala tayong dapat iisipin kundi ang Diyos. Dapat nating sikaping maging taos-puso sa ating pagsamba at maging deboto sa ating mga pagsusumamo. Ang paggamit ng mga prayer beads at patuloy na pagtawag sa pangalan ng Diyos ay lubos na katanggap-tanggap kapag ang gawain ay nagmumula sa puso at sinusupportahan ng katapatan at nakatutok na pag-iisip. Gayunpaman, ang gawaing ito ay maaaring maging .awtomatiko sa paglipas ng panahon

Dapat nating ibulong ang pangalan ng Diyos sa ating mga puso, sa rosaryo ng pananabik at banal na pag-ibig; ito ang tunay na pagsamba na umaantig sa puso ng Diyos. Ang

pagbigkas ng pangalan ng Diyos nang may lamig at pagalagala ay kalapastanganan at kawalang-galang. Kapag ang isa ay nananalangin, ang puso at isipan ay dapat mapuno ng pag-ibig ng Diyos. Ang pagsasanay ng pokus sa pag-iisip sa pamamagitan ng mas mataas na mga ehersisyo sa yogic ay tumutulong sa atin na mapalapit sa Diyos, ang sukdulang pinagmumulan ng kaluwalhatian at karilagan, at tumutulong din sa atin na magnilay-nilay at makipag-ugnayan sa Kanya Mahalagang maglaan ng isang araw sa isang linggo para sa espirituwal na pagreretiro (kung maaari) para sa pagmumuni-muni sa Diyos at upang maranasan ang katahimikan, kapayapaan, at panloob na kapayapaan. Ang oras na ginugol sa ganitong paraan ay magiging isang nakapapawi na balsamo para sa mga problema at pagkabalisa na iyong kinakaharap sa natitirang bahagi ng .linggo

Kailangang gumugol ang bawat isa ng isang araw bawat linggo sa pag-iisa o isang "espirituwal na pag-urong" upang pagalingin ang kanilang mga emosyonal na sugat at kirot. Kapag ang araw na iyon ay naging araw ng kapayapaan, kagalakan, at kasiyahan, sabik mo itong hihintayin linggo- .linggo

Ang pag-iisa ang halaga ng kadakilaan. Magugulat ka sa mga kahanga-hangang resulta na makakamit para sa iyong isip, katawan, at kaluluwa sa pamamagitan ng espirituwal na pag-urong na ito at koneksyon sa iyong espiritu at sa Diyos. Kung hinahangad mo ang tunay na kaligayahan, dapat mong ilubog ang iyong sarili sa karagatan ng banal na kapayapaan .sa madaling araw pagkagising, at bago rin matulog sa gabi

Ang mga pantas ng India ay hindi lamang nagpapayo ng isang araw ng pag-iisa, kundi binibigyang-diin din ang pangangailangan para sa tahimik na pagmumuni-muni sa apat na partikular na oras bawat araw. Sa madaling araw, bago bumangon at makipagkita sa kahit sino, dapat tamasahin ang katahimikan at kapayapaan. Sa tanghali,

dapat pakalmahin ang isip bago mananghalian, at muling
tamasahin ang isang panahon ng kapayapaan bago
maghapunan. Panghuli, bago matulog sa gabi, dapat muling
.pumasok sa isang estado ng kapayapaan
Ang mga masigasig na nananatiling tahimik sa panahon
ng pag-iisa at sa apat na araw na ito ay tiyak na
makakaramdam ng pagkakaisa sa Diyos. Ang mga hindi
kayang sundin ang lahat ng mga panahong ito ay dapat
maglaan ng kahit man lang oras sa umaga at gabi. Sa
paggawa nito, ang kanilang buhay ay mababago para sa
ikabubuti, at makakaranas sila ng kaligayahan; ang
.karanasan ang pinakamahusay na patunay
Kung patuloy kang magsusulat at pipirma ng mga tseke
nang hindi nagdedeposito ng sapat na pondo para
matustusan ang iyong bank account, mauubusan ka ng pera.
Ganito rin ang mangyayari sa iyong buhay. Kung walang
regular na pagdedeposito ng kapayapaan sa iyong life
account, mauubos ang iyong enerhiya, maglalaho ang iyong
katahimikan, at maglalaho ang iyong kaligayahan. Sa
madaling salita, sa kalaunan ay magdurusa ka sa
emosyonal, mental, pisikal, at espirituwal na
pagkabangkarote. Ngunit ang malalim at pang-araw-araw na
pagmumuni-muni sa Diyos ang magpupuno sa mga
.kakulangan sa iyong kaluluwa
Ang taimtim na naghahanap ay nagmumuni-muni araw-
araw, nakikipag-ugnayan sa Diyos nang may buong
pagmamahal at pananabik sa kanyang puso, nagsusumamo
sa Kanya na ihayag ang Kanyang sarili. Kung ikaw ay isang
umiibig sa Diyos at nananabik na maranasan ang Kanyang
presensya, dapat mong ilubog ang iyong isip at katawan sa
Kanyang kapayapaan, at ang buhay ay ngingiti sa iyo, at ang
iyong mga gawain ay bubuti sa maraming paraan. Ang isang
mahinahong tao ay bihirang magkamali at magtatagumpay
.kung saan libu-libo ang nabibigo

Ang mga hindi nag-iisip tungkol sa Diyos o nagmamalasakit sa Kanya ay nagiging nalulumbay at miserable. Sila ay nagiging magagalitin at nagiging parang .mga makinang naglalakad

Ang araw ng karunungan at kapayapaan ay sisikat sa kalangitan ng katahimikan at babalutin ang iyong pagkatao ng mga nakapagpapagaling na sinag nito hangga't gumagawa ka ng espirituwal na pagsisikap at inuuna ang .Diyos sa iyong puso

Ang isang araw ng pagmumuni-muni ay dapat ding maging isang araw ng mental at pisikal na pahinga at ang paglinang ng panloob na kapayapaan. Anumang aktibidad na nagbubunga ng karunungan at kapayapaan ay isang .pinagpalang aktibidad sa araw na iyon

Tungkol naman sa paggalang sa mga magulang, inirerekomenda ng mga banal na aklat ang mabuting pakikitungo sa kanila: “Igalang mo ang iyong ama at ina” at ”“Maging mabait ka sa mga magulang

Dapat igalang ang mga ama at ina bilang mga kinatawan ng Diyos, na nagkaloob sa kanila ng kaloob na lumikha sa sangkatauhan. Ang ina ay ang sagisag ng dalisay na pag-ibig ng Diyos, sapagkat ang isang mapagmahal na ina ay nagpapatawad kung saan walang ibang magpapatawad. Ang ama ay ang pagpapakita ng karunungan at proteksyon ng Diyos para sa kanyang mga .anak

Hindi dapat mahalin ng isang tao ang kanyang ama at ina nang hiwalay sa Diyos, kundi bilang pagpapahayag ng pagmamahal na iyon. Ang tagapagtanggol at ang matalino. Ang kataas-taasang banal na espiritu ang nagiging ama at ina upang tulungan ang anak, kaya dapat itong igalang sa .mga magulang

Pinapayuhan din tayo ng mga banal na kasulatan na huwag pumatay para lang pumatay, dahil kung gayon ang isa ay magiging mamamatay-tao. Hindi dapat kumitil ng

buhay ang isang tao sa isang sandali ng matinding emosyon.

Gayunpaman, kung ang mga mahal sa buhay ay pinagbabantaan, dapat lumaban ang isang tao upang protektahan ang mga ipinagkatiwala ng Diyos sa kanila, dahil isang sagradong tungkulin ang ipagtanggol ang .pamilya at bansa

Tungkol sa pagbabawal sa pangangalunya, ang mainam na layunin ng sekswal na pagsasama ay ang paglikha ng mga batang nilikha ayon sa wangis ng Diyos at ang pagpapahayag ng dalisay na pag-ibig na nararamdaman ng mga mag-asawa na nakikita ang Diyos sa isa't isa. Ang mga nabubuhay lamang sa pisikal na antas, nang walang pagsasaalang-alang sa tunay na pag-ibig o sa mas mataas na layunin kung bakit nilikha ang sekswal na pagnanasa, ay nangangalunya ayon sa utos na ito. Sa kasong ito, hindi sila naiiba sa mga hayop na nagbibigay-kasiyahan sa kanilang mga sekswal na pagnanasa at pagkatapos ay nagpapatuloy .sa kanilang landas

Nilikha ng Diyos ang malikhaing hangaring ito sa mga kalalakihan at kababaihan upang magkaanak at magpahayag ng tunay na pagmamahalan sa buhay may-asawa, at hindi ito dapat gamitin nang mali, bagkus ay .gawing isang sagradong gawain at kaalaman
Kung kaya mong kontrolin at ipamahagi ang kapangyarihang sekswal sa iyong pagkatao, makakabuo ka ng mahusay na mga kakayahan sa pag-iisip para sa pagsusulat, pagguhit, o para sa pagbubunyag ng mga nakatagong talento sa hindi mabilang na iba pang mga .paraan

At kapag sa wakas ay nakontrol mo na at espirituwal na nabago ang iyong malikhaing aktibidad, makakaranas ka ng malaking kapayapaan, dakilang pagmamahal, at lumalaking .espirituwal na kagalakan

Ang mga santo at mga pinunong espirituwal na nakapagpabago ng kanilang sekswal na aktibidad ay mga

higanteng may kakayahang magsagawa ng mga kamangha-
mangha at kahanga-hangang gawa sa mundo at sa
.esoterikong paghahanap ng katotohanan
Kaya naman, ang pinakamataas na gamit ng sekswal na
pagnanasa ay upang itaas ang kapangyarihan nito, ibig
sabihin, upang idirekta ang enerhiya nito patungo sa isang
mas mataas na layunin upang maipakita ang karunungan,
matatayog na ideya, at espirituwal na mga mithiin. Hindi
dapat magtamo ng kasiyahan mula sa mga sekswal na
kaisipan o magnais ng mga ipinagbabawal. Kapag nakamit
ang ganitong uri ng pagpipigil sa sarili, magkakaroon ang
isang tao ng maayos na pananaw sa pakikipagtalik at sa mas
.mataas na layunin nito

Ang pagiging alipin sa mga bagay na sekswal ay nangangahulugan ng pagkawala ng kalusugan, pagpipigil sa sarili, at kapayapaang intelektwal, at sa madaling salita, .lahat ng elemento ng kaligayahan na kailangan ng isang tao Hinihimok din tayo ng mga banal na aklat na huwag magnakaw. Kung ang isang grupo ng isang libong tao ay magnakaw sa isa't isa, bawat isa ay magkakaroon ng 999 na kaaway. Samakatuwid, hindi dapat labagin ng isa ang mga karapatan ng iba, ni agawin ang kanilang lupain, kapayapaan, pag-ibig, dignidad, o alinman sa kanilang materyal o espirituwal na mga ari-arian. Kung hindi mo nararamdaman ang pagnanais na kunin ang hindi sa iyo, ang iyong kailangan o ninanais ang darating sa iyo. Ang pagnanakaw ay unang nagmumula sa isip kapag ang isang tao ay nagsimulang mainggit sa iba. Ang mga buto ng masasamang pagnanasa ay dapat bunutin mula sa isip. Ang espirituwal na altruismo ang paraan. Kung gayon, ang isang tao ay natural na makakaakit ng kasaganaan, at ang mga pagpapala ay dadaloy sa kanila mula sa mga mapagkukunang alam nila at mga mapagkukunang hindi nila alam. Ito ay isang hindi nagkakamaling banal na batas. Para sa mga magnanakaw at makasariling tao, ginugugol nila ang

kanilang buhay sa paghahabol sa mga materyal na ari-arian,
ang kanilang mga mata ay palaging nasa kung ano ang
mayroon ang iba, kahit na ang kanilang sariling kaban ay
.umaapaw sa ginto

Maliban kung ang materyal na pagkamakasarili ay
iiwan, hindi malalaman ng mundo ang kaligayahan
Ang kaligayahan ay dumarating lamang sa
pamamagitan ng espirituwal na kooperasyon. Dumarating
ito kapag nararamdaman ng isang tao ang mga
pangangailangan ng iba na parang sarili nila at gumagawa
para sa iba tulad ng pagtatrabaho nila para sa kanilang
.sarili

Ang isa pang mahalagang utos ay ang pag-iwas sa
pagbibigay ng maling patotoo. Ang pananakit sa sinuman sa
pamamagitan ng pagbaluktot sa katotohanan ay isa pang
paraan upang masira ang pagkakasundo ng lipunan. Kung
nais ng isang tao na tratuhin nang mabuti, dapat niyang
.tratuhin ang iba nang naaayon

Dapat laging sabihin ang katotohanan, ngunit
kailangang paghiwalayin ang pagsasabi ng katotohanan at
ang pagsasabi lamang ng mga katotohanan. Ang pagtawag
sa isang tao bilang pilay o bulag ay nakakasakit at hindi
nakakatulong; dapat maging makonsiderasyon ang
damdamin ng iba at iwasang mapahiya sila. Gayundin, ang
pagbubunyag ng katotohanan na maaaring magtaksil sa
isang tao nang walang marangal na layunin ay mali rin. Sa
kabilang banda, hindi dapat magsinungaling ang isang tao
upang maiwasan ang pagsasabi ng katotohanan; sa halip,
maaaring manatiling tahimik sa ilang mga sitwasyon upang
.maiwasan ang mapahiya o makasakit sa iba

Dapat mag-ingat sa inggit, isang mapanirang sakit na
sumisira sa kapayapaan ng kaluluwa. Habang lalo pang
hinahangad ng isang tao ang pag-aari ng iba, lalo lamang
lumalala ang kalungkutan at paghihirap. Ang taong
mainggitin ay nabubuhay nang magulong, hindi kailanman

nalalaman ang lasa ng katahimikan. Mas makabubuti para sa kanila na igalang ang kanilang sarili, umasa sa kanilang sarili, at hanapin ang panloob na espirituwal na kayamanan. Ang dignidad at likas na halaga ng isang tao ay higit na dakila kaysa sa anumang bagay na maaari nilang ninanais o inaasam na angkinin. Ang Diyos ay nakikita sa bawat tao sa paraang hindi nakikita sa sinumang ibang tao. Ang kanilang mukha ay hindi katulad ng sa ibang tao, at ang kanilang kaluluwa ay hindi katulad ng sa ibang tao, sapagkat sa loob nila nakasalalay ang pinakadakilang kayamanan ng lahat ng nilikha—at ang pinakadakilang kayamanang iyon ay ang .Diyos

Hindi tayo nakatali sa nakaraan
Kapag ang isang tao ay may tamang pananampalataya at kumikilos nang naaayon, siya ay mas masaya kaysa sa mga walang pananampalataya at hindi ginagampanan ang .kanilang mga tungkulin sa laban ng buhay
Ang matibay na pananampalataya at matuwid na pagkilos (na sinusupportahan ng mga marangal na motibo at mabubuting intensyon) ay laging naroroon saanman mayroong kaligayahan, at nawawala saanman wala ang kaligayahan. Mula rito, mahihinuha natin na ang mga ito ay dalawang mahahalagang kondisyon para sa kaligayahan, na hindi makakamit kung wala ang mga ito. Ang mga naghahangad ng kaligayahan ay kailangan lamang magtaglay ng dalawang pangunahing elementong ito, na .siyang mga pundasyon at haligi nito
Hindi kayang kontrolin ng mga tao—nang kagustuhan—ang walang katapusang mga bahagi ng sansinukob, ni hindi nila mababago o mabubura ang mga ito. Ang mga bahaging ito ay masalimuot na hinabi sa tela ng buhay ng tao, at hindi kayang gumana nang hiwalay sa mga ito. Gayunpaman, maaari nilang kontrolin ang kanilang mga isipan upang .umangkop sa mga bahaging ito
Huwag mo siyang saktan

Mas masaya ang ating mga ninuno kaysa sa atin, hindi dahil mas marami silang taglay na makamundong bagay at kasiyahan kaysa sa atin ngayon, o dahil hindi sila gaanong nahaharap sa mga problema sa buhay, kundi dahil taglay nila ang sikolohikal na balanse na nagbigay sa kanila ng ginhawa, kapayapaan, kasiyahan, at sa madaling salita, .kaligayahan

Hindi sila umasa sa mga panlabas na pangyayari para sa kanilang kaligayahan, ni hindi sila sumuko sa mga panlabas na kalagayan na mag-aalis nito sa kanila. Ang kanilang mga damdamin ng ginhawa, kapayapaan, kaligayahan, at kasiyahan ay natural, normal, malusog, at pangmatagalan. Dapat din nating linangin ang mga damdaming ito kung nais nating magtaglay ng kaligayahan.

?At sino sa atin ang hindi

Ang kapalaran ay bunga ng nakaraang paggamit ng malayang pagpapasya o kalayaan sa pagpili. Sa pamamagitan ng ating mga nakaraang kasanayan sa malayang pagpapasya, tayo ang nagdala at patuloy na nagdadala sa ating sarili ng kapalaran at tadhana.

Gayunpaman, hindi tayo nakatali sa nakaraan, ni hindi tayo habangbuhay na napipigilan ng mga bunga ng ating mga kilos. Maaari nating baligtarin ang ating itinanim at burahin ang ating isinulat kung nais natin at magsisikap na itama ang ating landas at pagbutihin ang kalidad ng ating ani.

Kung aalisin natin ang mga buto ng mga kilos na may masasakit na bunga at magtatanim sa kanilang lugar ng mga butong mas angkop sa kalikasan ng kaluluwa, tiyak na aanihin natin ang mga bunga ng kaligayahan mula sa mabubuting butong nahasik sa lupa ng kaluluwa. Dapat

nating gamitin ang malayang pagpapasya ngayon, ngayon at hindi bukas, kung nais nating makamit ang higit na .kaligayahan o mabawasan ang pagdurusa at sakit

Samakatuwid, ang mga kondisyon para sa kaligayahan ay nasa loob ng tao, at ang kailangan lang niyang gawin ay

seryosong harapin ang ekwasyong iyon na hindi nagkakamali, at ang mga resulta ay magiging pabor sa kanya kung gagawin niya ang pinakamahusay na pagtatasa at pagharap dito. Ngunit ang taong may matibay na kalooban ay kasuwato ng Diyos

Konsentradong enerhiya ng isip

Kapag itinuon mo ang sikat ng araw. Sa pamamagitan ng pagtutuon ng magnifying lens sa isang maliit na punto, ito ay lumilikha ng init, at ang init na iyon ay maaaring magningas ng kahoy. Tela, papel, at iba pa. Gayundin, kapag itinuon mo nang mabuti ang iyong isipan. Ang konsentradong enerhiya nito ay upang sunugin ang mga kasamaan at ugat ng pagdududa, ang sanhi ng lahat ng pagkabigo, at upang pasilangin ang liwanag ng karunungan .nang may kinang at ningning

Kapag ang pag-iisip ay naaayon sa Diyos, ang pinagmumulan ng lahat ng kabutihan at ang pinagmulan ng lahat ng pinagpalang kapangyarihan, nalalaman niya ang banal na presensya at taglay ang lahat ng elemento ng tagumpay. Ang mga elementong ito ay malapit na nauugnay sa napakalaking kapangyarihan ng Diyos, na may kakayahang lumikha ng mga bagong dahilan para sa .tagumpay sa anumang larangan

Nawa'y koronahan ng Diyos ng tagumpay ang mabubuting pagsisikap at mabubuting pagsisikap Ang mga problema at kahirapan ay nagmumula sa kawalan ng kamalayan ng isang tao sa kanilang mga nakaraang kilos, na nagawa sa isang partikular na oras at lugar. Ang kanilang kasalukuyang pagdurusa ay nagmumula sa mga kaisipan at gawa na kanilang binigkas, na nag-ugat sa lupa ng kanilang kamalayan, sumibol at naging isang halaman at namumunga na sumasalamin sa mismong mga .katangian ng mga kaisipan at kilos na iyon

Kapag tiningnan mo ang araw na milyun-milyong milya
ang layo sa kalawakan, ang napakalaking bituin na iyon ay
tila mas maliit kaysa sa ating Daigdig. Gayunpaman, ang
diyametro ng Daigdig ay humigit-kumulang 7,900 milya,
habang ang diyametro ng araw ay isang daang beses na
mas malaki. Kung mailalagay mo ang ating planetang
Daigdig nang direkta sa harap ng araw, ito ay
magmumukhang isang maliit na tuldok kumpara dito. Isipin
ang malawak na kalawakan ng araw na lumalawak
hanggang sa lamunin ng napakalaking masa nito ang buong
asul na kalangitan. Ang langit na nakikita natin ay isa
lamang maliit na piraso, isang maliit na butil lamang, ng
walang katapusang espasyo na tumatagos sa sansinukob.
Kahit na magpatuloy ang araw sa paglawak nito patungo sa
kawalang-hanggan, hindi pa rin nito masasaklaw ang walang
hanggan. Ang kosmikong ilusyon ng kaliitan at hangganan
ay naglilimita sa kakayahan ng isip na maunawaan ang
kalawakan ng sansinukob, ang mga pinagmulan nito, at ang
.mga hangganan nito

Siya na hindi sakop ng mga dimensyon at sukat, na
walang hangganan at walang pinagmulan, ay ang Diyos, na
nasa lahat ng dako at umiiral sa pinakamalayang bahagi ng
kalawakan. Siya ay nasa malalayong, liblib na mga bituin,
tulad ng Siya ay nasa loob mo at sa loob ko, at Siya ay may
malay na kamalayan sa bawat espasyong Kanyang
sinasakop Gaano man kaliit o kalaki. Mula sa aklat na "Man's
"Ultimate Goal

Mga pagsusumamo

O, Panginoon

Hawakan ang aking kamay mula sa dilim patungo sa

liwanag

O katahimikan ng kosmiko

Naririnig ko ang iyong tinig sa lagaslas ng mga sapa at

huni ng mga nightingale

Sa huni ng hangin, sa dagundong ng mga alon, at sa
kulong ng mga pagyanig
O minamahal na Panginoon
Sinasamba kita hindi sa mga salita, kundi sa pananabik
ng isang pusong nag-aalab sa pananabik para sa iyo
Hayaan mong makita ko ang iyong malawak na
kalawakan
Ang iyong patuloy na presensya sa likod ng lahat
Marahil ay mapagtatanto ko na ako ay bahagi ng iyong
hindi nagbabagong pagkatao magpakailanman
O umaapaw na karagatan
Kung maaari lamang dumaloy ang mga paikot-ikot na
ilog ng aking mga hangarin sa mga disyerto ng mga balakid
at hadlang
Sa wakas, naghalo na ang iyong pinakamalaking
kaguluhan
Tulungan mo akong makinig sa iyong tinig, Panginoon
Ang kosmikong tunog kung saan nagmumula ang
panginginig ng sansinukob
Hayaan mong madama ko ang iyong presensya sa
pamamagitan ng pinagpalang tunog (Om - Amen)
himig Banal para sa lahat ng pinagpalang tinig
Palawakin ang aking kamalayan habang nakikinig ako sa
simponya ng pag-iral
Hayaan mong maramdaman ko ang kosmikong
karagatan
At ang mga galaw ng katawan na sumasayaw sa
kanyang dibdib
Hayaang umalingawngaw sa akin ang pinakabanal na
tinig
Pagpapalawak ng aking kamalayan mula sa katawan
hanggang sa sansinukob
Nawa'y maramdaman ko ang walang hanggang,
sumasaklaw na kaligayahan

Sumasabog mula sa isang dagat ng umaapaw na
liwanag

O walang hanggang kapangyarihan

O walang hanggang karunungan

Punuin ang aking kaluluwa ng iyong espirituwal na

bibrasyon

O tinig ng pinagpalang kosmikong salita

Itama ang aking mga pagkakamali

Kailangan ko

Hawakan ang aking kamay mula sa dilim patungo sa

liwanag

Tuwing naiisip Kita, O Panginoon, isang baha ng nag-

aalab na pananabik ang namumukadkad sa loob ko,

niyayanig ang aking damdamin at dumadaloy mula sa aking

puso patungo sa bawat selula ng aking katawan, pinupuno

.ito ng banal na pag-ibig

Ang pinakadakilang hangarin ko ay maabot ang

kaibuturan ng iyong pagkatao at magsaya sa iyong

presensya

At biglang bumukas ang pinto ng kaluluwa, at ako'y

labis na nabighani sa tuwa nang makita ang iyong

!nagniningning na liwanag

Ang nakaraan ay hindi alam ng karamihan sa

sangkatauhan, maliban sa ilang piling naliwanagang

indibidwal. Gayunpaman, ang ating kamangmangan sa

nakaraan ay para rin sa ating kapakinabangan. Sapagkat

kung alam natin ang lahat ng ating nagawa sa buhay na ito

at sa mga nakaraang buhay, tayo ay mabibighani sa dami ng

ating mga kilos at lubos na malilito. Sa katunayan, ang ating

kalooban ay maaaring maparalisa ng pagkabigla, na

magiging dahilan upang hindi natin maipagpatuloy ang ating

mga hangarin at iwan tayong biktima ng kawalan ng pag-

asa. Kahit sa buhay na ito sa lupa, ang pagkalimot ay isang

biyaya mula sa Diyos, na pumipigil sa mga alaala ng

nakaraan, lalo na ang mga mapait at masasakit na alaala, na
.manaig sa ating mga iniisip at damdamin
Ngunit mabuti na lang at ang banal na kislap sa loob
natin ay laging nagniningning kasama ng pag-asa at
pagnanais na ipagpatuloy ang walang katapusang
paglalakbay sa buhay. Dapat nating pasalamatan ang Diyos
para sa dalawang biyayang ito: paglimot sa nakaraan at pag-
.asa sa hinaharap

Hindi natin dapat isipin na ang tadhana ay naglalagay
ng mga balakid sa daan ng malayang pagpapasya.
Gayunpaman, dapat nating gawin ang ating makakaya
upang labanan ang mga negatibong impluwensya na
iniuugnay ng karamihan sa tadhana at kapalaran, at gamitin
ang ating kalayaan sa pagpili ayon sa ating panloob na
paniniwala, sa kondisyon na ang mga paniniwalang ito ay
batay sa matibay na pananampalataya at nakabatay sa mga
banal na batas, na kung wala ito ay hindi matitikman ng
.isang tao ang tunay na kaligayahan

Kapag sinisimulan natin ang isang gawain, hindi tayo
dapat matakot sa mga hindi kanais-nais na pangyayari,
bagkus ay maging optimistiko sa sukdulan, nang may lubos
na pananampalataya na walang makakahadlang sa
.paggamit ng ating kalooban at kalayaan sa pagpili
Kung mabigo tayong makamit ang ating layunin,
katanggap-tanggap na hindi direktang kilalanin na may mga
balakid na tayo mismo ang gumawa na pumigil sa atin na
maabot ito. Dapat tayong magtiyaga at doblehin ang ating
mga pagsisikap upang makamit ang ating layunin. Dapat din
nating tiyakin sa ating sarili na gaano man kalakas at kakila-
kilabot ang mga balakid at hamon, mayroon pa rin tayong
sapat na lakas upang alisin ang mga ito at malampasan ang
mga ito. Kahit na mabigo tayo sa kabila ng lahat ng ating
mga pagtatangka, hindi natin kailangang mawalan ng pag-
asa at pagkabigo, hangga't nauunawaan natin na ang
kalooban ng tao ay mas malakas kaysa sa tadhana, na tayo

mismo ang gumawa. Samakatuwid, hindi tayo dapat tumigil sa pagsubok, gaano man karaming beses tayong mabigo, dahil laging may mga bukas na pinto. Kailangan lang nating patuloy na magsikap at ulit-ulitin ang pagtatangka hanggang sa ipagkaloob sa atin ang tagumpay. Tutulungan tayo ng Diyos hangga't umaasa tayo sa Kanya at magsisikap. Ang sinumang lumalakad sa landas ay makakarating sa kanyang patutunguhan, at ang sinumang nagtitiwala sa Diyos ay .hindi mabibigo

Kapag ang isang tao ay nagnanais ng isang bagay, at ang pagnanais na iyon ay malakas at apurahan, ang pagnanais na iyon ay hindi kailanman nawawala sa kanilang kamalayan, saanman sila magpunta at saanman sila lumingon, at anuman ang kanilang mga pinagkakaabalahan at alalahanin. Sa pamamagitan ng palagian at patuloy na aktibidad nito, ang pagnanais na iyon ay nagtataglay ng napakalaking determinasyon at enerhiya. Ang intelektuwal na bulong na ito ay mas malakas at mas mabisa kaysa sa mekanikal na pagsusumamo, na hindi hihigit sa paggalaw ng mga labi. Ito ang ginagawa ng mga umiibig sa Diyos; ibinubulong nila ang kanilang pagmamahal sa Diyos nang walang tigil, at ang kanilang mga bulong ay taos-puso at hindi naririnig, sa lahat ng kanilang pang-araw-araw na gawain. Ang taos-pusong bulong na ito ay hindi nakakagambala sa kanila, ni hindi ito sumasalungat sa kanilang iba pang mga tungkulin. Habang lumalaki ang kanilang pagnanais para sa Diyos, ang kanilang pagmamahal sa Kanya ay lumalakas at lumalalim, hanggang sa mahawakan nila ang Kanyang presensya at makita ang Kanyang liwanag gamit ang mata ng kaluluwa, nalalapas ang labis na kagalakan at nakakaramdam ng kapayapaang .hindi mailalarawan

Nagpapadala ang Diyos ng mga aral na kailangan natin sa buhay upang makinabang tayo sa mga ito at magkaroon ng pag-unawa at karanasan. Sinumang umiwas sa mga aral

na iyon ay mapipilitang matutunan ang mga ito gaano man
.katagal

Ang bawat pagsubok ay isang kaibigan kung tayo ay
natututo mula rito, at isang malupit na diktador kung ating
sasayangin ang pagkakataon at aabusuhin ito sa
pamamagitan ng pagrereklamo, hinanakit, at maling
.pagpapasya

Kapag taglay natin ang matibay na pang-unawa at
tamang pananaw sa buhay, ito ay nagiging maganda. At
walang komplikasyon

mga kasong sikolohikal

Ang isang tao ay hindi maaaring manatiling habang-
buhay na dinadala sa alon ng kagalakan, o lumulubog sa
ilalim ng magulong tubig ng kalungkutan, o nalulunod sa
kaibuturan ng pagkabagot. Sa mundong ito na kinakikitaan
ng magkasalungat na mga dualidad, Ang karaniwang tao ay
dumaranas ng mga pagtaas at pagbaba. Siya ay
bumabangon sa alon ng kagalakan at lumulubog sa
kaibuturan ng kawalang-bahala, at hinahampas ng
nagngangalit na mga alon ng kalungkutan. At bihira siyang
makaalam ng ibang estado ng kamalayan. Hinahayaan ang
mga pangyayari na maghalo-halo ang pag-iisip sa ganitong
paraan. Nangangahulugan ito ng pagsuko ng kagustuhan ng
isang tao sa isang pabago-bago at pabagu-bagong
.kapalaran

Ang kailangan ng isang tao upang mabuhay nang
matagumpay at kasiya-siya ay balanseng pangkaisipan
Makakamit lamang ito sa pamamagitan ng pagtutuong isip,
.pagkontrol sa mga kakayahang sikolohikal

Kahit ang pinakamatinding kalungkutan ay naghihilom
sa paglipas ng panahon, kaya walang saysay na alalahanin
pa ang kalungkutan sa bawat araw ng ating buhay. Ang
matagalang pagdadalamhati para sa isang yumaong mahal
sa buhay ay hindi nakakatulong sa kanya o sa atin, at wala
itong binabago sa katotohanan. Pagkakaroon ng inferiority

complex o pagpaparusa sa sarili. Walang silbi ang pag-iisip
muli sa mga nakaraang pagkakamali o pagkabigo. Ginagawa
lamang nitong miserable ang buhay at pinipigilan ang mga
.kakayahang pangkaisipan

Hindi natin dapat hayaang mahulog ang ating mga sarili
sa hukay ng nakakabagot na gawain, dahil iyon ay isang
sikolohikal na kalagayan na malayo sa komportable, dahil
ikinababahala nito ang isipan at sinusunog ang mga
.nakatagong kakayahan sa pugon ng kawalang-pakialam
Ang pagkabigo ay dapat lipulin mula sa ugat nito, at ang
mga bukid ng buhay ay dapat araruhin nang may kasipagan
at determinasyon at itanim ng mga binhi ng kabutihan
.upang umani ng masaganang ani sa tulong ng Diyos

Bakal sa Jubileo ng Pilak

Minsan ay naimbitahan ako sa isang pagdiriwang ng
silver jubilee para sa isang magkasintahan na tila isa sa
pinakamasayang magkasintahan, ngunit pagpasok ko pa
lang sa kanilang tahanan ay naramdaman kong may mali.
Tinanong ko ang dalawa sa aking mga estudyante kung
paano nila tratuhin ang isa't isa sa gabi, at kalaunan ay
sinabi nila sa akin na ang mag-asawa ay nakangiti sa isa't
isa sa harap ng iba at nag-uusap gamit ang pinakamatamis
na mga salita tulad ng "Oo, mahal ko" at "Siyempre, mahal
ko," at iba pang mga palakaibigang parirala. Ngunit sa
sandaling maisip nilang sila ay nag-iisa, nagtatalo sila at
.nagbibitawan ng masasakit na salita sa isa't isa
Kinausap ko sila at sinabing: Inimbitahan ninyo akong
dumalo sa inyong salu-salo, ngunit tensiyonado ang
kapaligiran at pakiramdam ko ay maraming alitan sa bahay
na ito, at tila sa akin ay maraming bakal sa jubileong pilak
.na ito

Noong una, nasaktan sila, ngunit kalaunan ay inamin
nila na tama ako at humingi ng tawad. Nagpatuloy siya,
sinasabing: Ano ang mapapala ninyo sa palagiang pagtatalo
?at pag-aaway

Tila nagsasama kayo para mapanatili ang reputasyon
ninyo bilang isang perpektong magkasintahan, ngunit
kailangan ninyong maging ganoon sa isa't isa at mamuhay
nang mapayapa at may pagkakaisa para sa inyong sariling
.kaligayahan at kapayapaan ng isip

Magnetikong pagkain

Kapag pinag-uusapan ng mga tao ang tungkol sa
pagkain o nutrisyon, kadalasan ang tinutukoy nila ay ang
pisikal na pagkaing kinakain upang mapanatili ang katawan.
Gayunpaman, may iba pang mga uri ng sustansya na hindi
gaanong mahalaga kaysa sa pisikal na pagkain, at kadalasan
ay mas mahalaga pa, tulad ng intelektwal o espirituwal na
sustansya. Aktibidad ng pag-iisip o konsentrasyon ng isip,
.karunungan at espirituwal na pag-unawa

Ang pisikal na pagkain ay nagpapanatili sa mga selula

ng katawan, habang ang intelektwal na pagkain ay
pumupuno sa isip ng mga malusog na ideya, at ang pagkain
ng karunungan ay nagpapasigla sa kaluluwa at
.nagpapaunlad ng mga kakayahan nito

Ang pagpapakain sa intelektwal ay karaniwang binubuo
ng mga ideyang iniisip ng isang tao at ang mga natatanggap
niya mula sa iba sa pamamagitan ng pakikipag-ugnayan at
.pakikipag-ugnayan sa kanila

Ang mga taong may mahinahong ugali at marangal na
disposisyon ay nakakatulong upang gawing mapang-akit at
.malusog ang ating mga iniisip

Hindi mahirap matukoy kung ang isang tao ay
kumukuha ng kanilang intelektwal na nutrisyon mula sa
isang mapayapa o nakakagambalang kapaligiran. Ang
pagkabalisa, pagkabalisa, at kalituhan ay pawang
nagmumula sa pakikisalamuha sa maling uri ng tao, maging
kaibigan o kamag-anak. Ito ay nagdudulot ng mga balisang
kaisipan at masamang mood

Ang katawan ay kumukuha ng enerhiya at sigla mula sa
mga pisikal na pagkain, habang ang mga magnetikong

pagkain ay nagbibigay sa katawan at isipan ng mga karga ng enerhiya na mas madaling matunaw kaysa sa mga solid at likidong pagkain, na hindi madaling ma-convert sa buhay .na enerhiya

Kapag kaya mong baguhin ang kamangmangan tungo sa karunungan, ang kahinaan at kawalang-tatag tungo sa kalusugan at sigla, at lumakad nang may kumpiyansa at katapangan – kahit mag-isa – sa mga landas ng buhay, at maranasan ang panloob na kagalakan sa pagkakaroon ng isang buhay at mapagbantay na konsensya, at matibay na pananampalataya sa katarungan ng Diyos at ang tagumpay .ng tama laban sa mali at katotohanan laban sa ilusyon

At kapag sinisikap mong ilabas ang iyong mga iniisip araw-araw tungo sa mas mataas at mas pinong mga antas, at mayroon kang mapagmahal at nagpapasalamat na puso, at mabubuting intensyon sa iba, ang iyong intelektuwal na pagpapakain ay magiging magnetiko, at pagkatapos ay maaakit mo sa iyong sarili ang lahat ng maganda at kapaki-pakinabang, mula sa mga bagay, tao, at mga pangyayari, na kinakailangan upang ipagpatuloy ang paglalakbay patungo .sa mga baybayin ng seguridad at kaligtasan

Kapag nagsikap ka upang makamit ang iyong mga pangangailangan, at kuntento sa kung ano ang ibinibigay ng Diyos, ikaw ay magiging mas mayaman sa espiritu at mas kuntento kaysa sa mga taong nahuhumaling sa mga makamundong ari-arian at sakim sa mga panandaliang .kasiyahan nito

Kapag hinahanap ng isang tao ang Diyos, na siyang tanging tunay na kaibigan, higit sa lahat ng kaibigan, nagiging posible ang pagtatatag ng tunay na pagkakaibigan sa lahat ng ugnayan ng tao: pamilya, kapatid, mag-asawa, at .espirituwal

Ang pagkakaibigan ay isang mahalagang elemento sa mga relasyong pangmag-asawa, at dapat unahin ang intelektwal at emosyonal na pagiging malapit, isang

pakiramdam ng moral na atraksyon, at tunay na
.pagmamahal at pagkakaibigan

Ang mga taong hindi makilala ang pagkakaiba ng tunay
na pag-ibig at ng malibog na atraksyon ay paulit-ulit na
.nabibigo

Kapag ang kasal ay itinatag sa matataas na mithiin at
paggalang sa isa't isa, ito ay nagiging isang masaya at
matagumpay na pagsasama sa pagitan ng dalawang
mapagmahal na kaluluwa. At sila ay nagtutulungan upang
pagaanin ang mga pasanin ng buhay para sa isa't isa, at
alisin ang mga alalahanin ng pamumuhay sa pamamagitan
.ng habag at pag-unawa sa isa't isa

Walang sinuman ang makakakontrol sa akin o
makakaagaw sa aking kalooban, maliban na lang kung
hahayaan kong maimpluwensyahan ako ng mga iniisip at
.kilos ng iba

Panginoon, napagtanto kong mayroon akong walang
katapusang pagkakataon sa harap ko. Upang tuklasin ang
aking mga kakayahan at matuklasan ang aking espirituwal
na potensyal, papalitan ko ang mga materyal na kalakip ng
mas matataas na mithiin. At aking mapagtatanto na ang
tapat na espiritu ay laging kasama ko

Ngayon ay pupunuin ko ang aking mga iniisip ng
kaunting optimismo, ilalayo ko ang aking sarili sa mga hindi
kanais-nais na karanasan, at isasagawa ko ang mga bagay
na magpapalusog sa katawan, isip, at espiritu sa isang
.balanse at pare-parehong paraan

Ang sayaw ng buhay at kamatayan ay laging naroroon,
ngunit palalayain ko ang aking sarili magpakailanman sa
pamamagitan ng pangangalaga sa aking espirituwal na
pagkakakilanlan. At kapag ang mga bagyo ng mga pagsubok
at paghihirap ay humarap sa akin, maglalayag ako sakay ng
sasakyang-dagat ng aking kaluluwa. Tatawid sa dagat ng
.buhay, Patungo sa ligtas at banal na mga baybayin

Kapag ako'y gumagawa at lumilikha, maaalala ko na
ang Diyos ay gumagawa sa pamamagitan ko; Siya ang
Panginoon ng sansinukob at maaari akong kumonekta sa
kanya sa pamamagitan ng malalim na pagninilay-nilay sa
.kanya

Mahal kong Diyos, natatanto ko na ang aking mga iniisip
ay magdudulot sa akin ng pagkabigo o tagumpay, depende
sa kung aling kaisipan ang pinakamalakas sa aking buhay.
Kaya, susubukan kong alalahanin na inaabot mo ang iyong
tulong sa akin at inihahanda ako nito para sa mga dahilan ng
.tagumpay

Kapag dumarating sa akin ang mga kalamidad at
kasawian, papalakasin ko ang aking loob at palalakasin ang
aking determinasyon na malampasan ang mga ito.

Magkakaroon ako ng katapatan at sinseridad sa aking
pakikitungo at pakikipag-ugnayan sa lahat, at ilalabas ko
ang mga kaisipan ng pagmamahal at mabubuting hangarin.

Pagkatapos, tutulungan ako ng Diyos gamit ang Kanyang
.kapangyarihan at karunungan

Panginoon, gagamitin ko po ang aking lakas ng loob at
talino upang makamit muna ang maliliit na bagay, at
.pagkatapos ay tutungo sa mas malalaking bagay

Kahit na matupad ang lahat ng materyal na ambisyon,
hindi pa rin lubos na kaligayahan ang hatid nito, at ang
paghahanap sa Diyos ang tanging tunay na kaligayahan.

Matutuklasan ko ang walang-kapantay na imbakan ng
kagalakan. At hindi ito tumitigil sa pagdaloy at pag-agos, sa
.mga hardin ng kaluluwa at sa mga luntiang parang nito

Mga ginintuang kasabihan

Ang kaligayahan ay aking karapatan, aking mana, at
aking nakatagong banal na kayamanan. Gabayan mo ako, O
Panginoon, upang matagpuan ko sa aking sarili ang mga
.kayamanang higit pa sa mga pangarap ng mga hari

* * *

Ang banal na nananahan sa mga puso ay nagliliwanag
sa kanyang mga alagad - mula sa kanyang awa at habag -
ng mga nagniningning na lampara ng karunungan na
nagtataboy sa kadiliman ng kamangmangan

* * *

Ang buhay ay isang matalinong paggalaw na may
regular na ritmo. Hinuhubog nito ang sarili sa mga bagay na
walang buhay, o kumukuha ng buhay at gumagalaw na
anyo. Ang buhay ay sumasaklaw sa lahat ng bagay at
.tumatagos sa lahat ng bagay

* * *

O Pinakadakilang Mangingibig, Ikaw ang buhay mismo.
Ikaw ang aking layunin at aking mithiin. Gawin mo akong
isang namumulaklak na rosas sa lyong makalangit na hardin,
o isang kumikinang na butil sa kuwintas ng lyong
nagniningning na pag-ibig, o ipagkaloob mo sa akin ang
pinakadakilang karangalan: ang pinakamaliit na lugar sa
.lyong puso

* * *

Kung saan pinahahalagahan ng iba ang aking mga
pagsisikap sa paggawa ng mabuti, doon ako
.makapagbibigay ng pinakamahusay na serbisyo

* * *

Maghabi tayo ng ginintuang alpombra ng mga pangarap
gamit ang mga sinulid na malasutla ng matatamis na alaala
at pinong mga kaisipan

* * *

Ang isang walang laman na isipan [na walang positibo
at nakabubuo na mga kaisipan] ay isang pabrika para sa
problema, pagkabalisa, kawalan ng pag-asa, at kawalan ng
.pag-asa

Kung ang pangkalahatang pag-ibig ay mananahan sa
iyong puso, ito ay magdadala sa iyo ng pangmatagalan at

panibagong kaligayahan na walang ibang makapagbibigay
.sa iyo

Ang mga bulaklak ng buhay na namumukadkad sa
hardin ng buhay sa lupa ay napakaganda at nakalulugod
pagmasdan. Ngunit mas kahanga-hanga at kahanga-hanga
ang bukal ng kagandahan at karunungan na umiiral sa kung
saan, kung saan tayo nagmula at kung saan tayo babalik at
.makikisalamuha muli

Nang magising ang disipulo sa umaga, pinatotohanan
niya sa kanyang sarili: "Hindi ako ang katawan, ako ay isang
di-nakikitang espiritu... Ako ang kagalakan... Ako ang
liwanag... Ako ang karunungan... Ako ang pag-ibig. At
bagama't nananahan ako sa katawang ito, ang aking espiritu
".ay imortal at hindi naaapektuhan ng pagkabulok

Kung paanong ang mga patak ng hamog ay tumutulong
sa mga bulaklak na mamulaklak at lumago, gayundin ang
kabaitan ay nagpapalusog sa pagkakaibigan at
nagtataguyod ng paglago nito

* * *

May mga alon na lumilitaw sa ibabaw ng karagatan at
mga alon na nawawala sa kailaliman nito; sa parehong kaso,
ang mga ito ay nasa loob ng karagatan at kaisa nito.
Gayundin, ang mga taong lumulutang habang "nabubuhay"
sa ibabaw ng kosmikong karagatan o ang mga nawawala sa
loob nito sa "kamatayan" ay pantay na nasa loob ng
.karagatan ng kawalang-hanggan

* * *

Hindi malinaw na nakikita ang repleksyon ng buwan sa
magulong tubig, ngunit kapag kumalma na ang ibabaw ng
tubig, nagiging ganap na malinaw ang repleksyon nito.
Ganito rin ang totoo sa isip: kapag ito ay kalmado, makikita

mo ang mukha ng iyong kaluluwa nang may lubos na
.kalinawan at katumpakan

Ipadala Mo, O Panginoon, ang mga sinag ng araw ng
Iyong karunungan upang gabayan ako sa aking masasayang
araw ng tagumpay, at ang liwanag ng kabilugan ng buwan
ng Iyong awa kapag ako'y naglalakad sa madilim na gabi ng
.kalungkutan

Ang meditasyon ay ang paraan kung saan ka nakikipag-
ugnayan sa pangkalahatang kaisipan, at kapag nakikibagay
ka sa walang hanggang kamalayang iyon, malalaman mo
.ang lahat ng mga lihim ng paglikha

Ang pagnanais na mapalapit sa Diyos at makilala Siya
ay hindi kusang dumarating, kundi dapat linangin, at ang
.buhay ay walang halaga kung wala ang pagnanais na iyon

Ang buhay sa lupa ay isang pansamantalang hinto, at
ang pangunahing tungkulin ng sangkatauhan ay maunawaan
ang layunin at mithiin ng paglalakbay na ito. Ang layuning
iyon ay kilalanin ang Diyos, at hindi na ito maaaring maging
.iba pa

Ang iyong kapayapaan ay iyong mahalagang
kayamanan, kaya huwag mong hayaang agawin ng sinuman
.ang kayamanang iyon sa iyo

* * *

Matutong tumayo nang mag-isa, ligtas at panatag sa
kuta ng iyong mga birtud at pagpapahalaga sa sarili

* * *

Lahat ng bagay ay umiiral dahil ang Diyos ay umiiral At
dahil Siya ay umiiral, ikaw ay umiiral din Dahil sa Kanyang
pag-iral, tinatamasa mo ang mga ginhawa at kagalakan ng

buhay Kaya naman, ang iyong pasasalamat sa Diyos ay
.dapat na maging malalim

Ang magagandang libro ay maaaring maging tahimik,
magalang, at magalang na mga kaibigan. Huwag mong
iwanan ang mga librong ito sa iyong mahihirap na sandali,
dahil hindi ka nila iiwan, hindi tulad ng mga pisikal na
.kaibigan na maaaring iwan ka

Sinumang may mabuting kalusugan, komportableng
buhay, at mahusay na kakayahang pangkaisipan, ngunit
kulang sa kaligayahan, ay hindi pa nagtatagumpay sa
buhay. Kapag tunay mong masasabing, "Ako'y masaya, at
walang sinuman ang makakaagaw ng aking kaligayahan,"
.natagpuan mo na ang wangis ng Diyos sa iyong sarili

Bigyang-diin ang katahimikan at kapayapaan, at
magpadala lamang ng mapagmahal na mga kaisipan at
mabubuting intensyon kung nais mong mamuhay nang
mapayapa at may pagkakaisa. Mamuhay nang nakabatay sa
katuwiran at kabanalan, at lahat ng may kaugnayan sa iyo
sa buhay ay makikinabang sa pamamagitan lamang ng
.pagiging kasama mo

Kung wala kang mga kaibigan, o kung sinasayang lang
ng mga kaibigan mo ang oras mo, o kung hindi ka
magkasundo sa kanila, hayaan mong maging kaibigan mo
ang mga libro [at materyales] na naglalaman ng
karunungan, habang maaari kang dumaan sa mga pinto ng
kanilang mga pahina patungo sa isang mundo ng mga
.kamangha-mangha at kapana-panabik na ideya

Ang paghahanap sa Diyos ay nangangahulugan ng
pagkamit ng lahat ng ninanais ng puso, at ang pagiging

espirituwal ay nangangahulugan ng pagbubukas ng mga
.pinto tungo sa kalusugan, kaligayahan, at tagumpay

Sa loob natin ay naroon ang isang kislap ng banal na
kapangyarihan na lumilikha at nagpapanatili sa lahat ng
.buhay at naghihintay itong magningas

Ang pagbabasa ay isang kapaki-pakinabang na
aktibidad sa pag-iisip; sinasanay nito ang isip at pinapanatili
itong flexible. Ang isa o dalawang oras na pagbabasa araw-
araw ay magbibigay sa sinuman ng magkakaibang kaalaman
sa loob ng ilang taon, basta't pipili sila ng mga kapaki-
pakinabang na libro. Huwag sayangin ang oras o pinsalain
ang iyong mga kakayahang pang-isip sa pamamagitan ng
pagbabasa ng mga murang nobela o mga walang kwentang
.libro na walang layunin o kahulugan

Ang mga may hilig sa lipunan ay makakatagpo sa
mahahalagang aklat ng isang bagong enerhiya upang
matulungan ang sangkatauhan sa pamamagitan ng mga aral
na nakapaloob sa mga aklat na isinulat ng mga marangal at
.mahuhusay na kalalakihan at kababaihan

* * *

Ang pagbabasa ay isang kapaki-pakinabang na
aktibidad sa pag-iisip; sinasanay nito ang isip at pinapanatili
itong flexible. Ang isa o dalawang oras na pagbabasa araw-
araw ay magbibigay sa sinuman ng magkakaibang kaalaman
sa loob ng ilang taon, basta't pipili sila ng mga kapaki-
pakinabang na libro. Huwag sayangin ang oras o pinsalain
ang iyong mga kakayahang pang-isip sa pamamagitan ng
pagbabasa ng mga murang nobela o mga walang kwentang
.libro na walang layunin o kahulugan

* * *

Dapat alisin ang pagkamakasarili at pagmamataas dahil
ang mga ito ang pinakamalaking hadlang sa espirituwal na
kaalaman

* * *

Kung walang pakiramdam ng Diyos, ang mundong ito ay
tila puno ng tunggalian, karahasan, at mapait na pagkabigo.
.Ang kaligayahan ay nasa pakiramdam na malapit sa Diyos

* * *

Ang mga nakakakilala sa Diyos ay nagtataglay ng
patuloy na kagalakan at kaligayahan sa kanilang mga puso.
Dahil nadarama nila ang pinagpalang seguridad at
katahimikan, hindi sila kayang linlangin ng mga bagyo ng
galit, ni hindi rin sila maaaring makapasok sa kanilang mga
.puso dahil sa takot

* * *

Ang mabubuting libro ang iyong pinakamatalik na
kaibigan; sa pamamagitan ng mga ito, maririnig mo ang
mga dakilang kaisipan na mahinahong nagsasalita sa iyo,
umaaliw sa iyo, at nag-aalok ng pinakamahusay na payo.
Ang hindi paglinang ng tunay na pagnanais na magbasa ng
mabubuting libro ay nangangahulugan ng pagkawala ng
.pamana ng mga henerasyon

* * *

Kung walang tulong mula sa Diyos, tiyak na mabibigo
ang mga tao, dahil ang lakas at karunungan kailangan
upang magtagumpay sa laban ng buhay ay nagmumula sa
walang hanggang pinagmumulan. Kapag binalewala ng
isang tao ang Diyos, pinuputol nila ang linya ng buhay na
nagbibigay sa kanila ng tulong at suporta na kinakailangan
.para sa tagumpay

Ang mga naghahanap na kumakatok sa pinto ng mga
espirituwal na pagkakataon ay matutuklasan na ang pinto ay
nabubuksan para sa kanila dahil tinutulungan ng Diyos ang
.mga tumutulong sa kanilang sarili

Kapag ikaw ay kasuwato ng Diyos, ang buong kalikasan
ay kasuwato rin ng sa iyo

* * *

Ang pag-ibig ay parang papel de liha na nagpapakintab
sa isipan at nag-aalis ng kagaspangan sa pagkatao

* * *

Kapag bigla mong natagpuan ang Diyos sa lahat ng
dako, at kapag Siya ay lumapit sa iyo, nagbigay-inspirasyon
sa iyo, at gumagabay sa iyo, nagsimula na ang kwento ng
.banal na pag-ibig

* * *

Nawa'y magningning ang pagmamahal sa mga puso at
magpadala ng mga sinag ng pagpapagaling sa iba

* * *

Kilalanin ang Diyos habang ikaw ay bata at malakas,
dahil sa katandaan at karamdaman ay maaaring hindi mo na
Siya mahanap. Sa edad na nagsisimula nang maunawaan ng
mga tao ang tunay na kahulugan ng buhay, ang katawan ay
nagiging mahina, at ginugugol nila ang natitirang bahagi ng
kanilang buhay sa pag-aalaga sa kanilang marupok na
.pisikal na kakayahan sa halip na hanapin ang katotohanan

* * *

Kukunin ko ang pinakamahusay mula sa bawat tao, at
pahahalagahan ko ang magagandang katangian ng lahat ng
nasyonalidad nang hindi nakatuon sa kanilang mga
.kapintasan

* * *

Kung paano natin pinapahalagahan ang nutritional value
ng ating pang-araw-araw na pagkain, dapat din nating
bigyang-pansin ang mga sikolohikal na sustansya na
.ibinibigay natin sa ating isipan araw-araw

* * *

Ang mabubuting salita ay isang kamangha-manghang
lunas para sa maraming karamdaman, nagtataglay ng isang
malakas, halos mahiwagang, magnetikong puwersa na

nagdudulot ng masaganang mga pagpapala at kasaganaan
sa kanilang nagsasalita. Ang mga gumagamit ng
nakapapawing-pagod at malumanay na mga salita ay
nakakaramdam ng banayad na daloy ng tubig sa
pamamagitan nito nang walang pagkaantala, na napupuno
sila ng malalim na pakiramdam ng katahimikan. Ito ay dahil
ang daloy na ito ay konektado sa mas mataas na
pinagmumulan nito, isang patuloy na daloy na umaabot sa
mga kaluluwang naaayon sa pinagmumulan na iyon, na
nagbibigay-daan sa kanila na magpadala ng kaligayahan sa
.mga naghahangad ng kapayapaan

* * *

Gaano karaming mabubuting salita mula sa puso ang
nakapagpawala ng maraming kalungkutan at gaano
karaming matalinong tinig ang nagliwanag sa madilim na
mga landas gamit ang mga lampara ng kagalakan at
!katahimikan

* * *

Lumalago tayo sa bawat karanasang ating
pinagdadaanan, basta't nauunawaan natin na may
matututunan tayong mahahalagang aral mula rito. Bawat
sakit at pagdurusa na ating nararanasan ay may kahulugan
at layunin. Sa kabila ng kalupitan ng mga karanasang ito,
ang mga ito ay parang apoy na tumutunaw sa iron ore,
binabago ito tungo sa maganda, matibay, at maraming
.gamit na bakal

* * *

Ang lahat ng kahanga-hangang tagumpay sa aking
buhay ay nakamit sa pamamagitan ng kapangyarihan ng
isang isip na naaayon sa Diyos. Kapag tumatakbo ang banal
na generator, lahat ng aking ninanais ay nagkakatotoo nang
walang pagbubukod, unang nagkakahugis bilang isang di-
nakikita, mala-langit na disenyo at pagkatapos ay
nagpapakita nang may hindi mapaglabanan na puwersa sa
.katotohanan

* * *

Kapag ang isip ay bumulong sa Diyos ng isang taos-
puso at maalab na bulong mula sa kaibuturan ng isang
nananabik na kaluluwa, ang tawag ng espiritu ay hahawak
sa puso ng lahat, at ang sagot ay darating, na may dalang
matinding kagalakan. Ang intelektuwal na bulong na ito ay
nagpapaunlad ng kalooban hanggang sa magkaroon ito ng
lakas na kinakailangan upang makamit ang ninanais na
.layunin

* * *

Kapag ang isip at kalooban ng isang tao ay naaayon sa
Diyos, sila ay binibigyan ng walang hanggang
kapangyarihan, kaya ang pag-iisip lamang tungkol sa isang
bagay ay sapat na upang makamit ito, dahil ang banal na
batas ay gumagana pabor sa mga taong naaayon sa kataas-
.taasang kalooban

* * *

Anuman ang ating mga alalahanin, ang Diyos ang dapat
manguna sa ating buhay. Isa sa pinakamahalagang
elemento ng espirituwal na paglago ay ang patuloy na taos-
pusong pagbulong sa Diyos, kung saan personal mong
mararanasan ang isang kahanga-hangang positibong
.pagbabago na lubos mong hahangaan

* * *

Hindi dapat ilaan ng tao ang lahat ng kakayahang
pangkaisipan na ibinigay sa kanya ng Diyos sa paghahanap
ng mga bagay na panandalian, kung hindi ay mawawala siya
sa mga labirinto ng materyalismo at lilikha para sa kanyang
sarili ng mga paghihigpit at limitasyon na hindi niya
kailangan. Sa halip, dapat niyang gamitin ang kanyang mga
kakayahang pangkaisipan upang makamit ang mga
pangangailangan sa buhay at sikaping paunlarin ang
kanyang mga espirituwal na kakayahan upang makilala ang
.tama at mali, at ang mapaminsala at kapaki-pakinabang

* * *

Ang katotohanan ay lampas sa mga opinyon at teorya,
at marami sa mga gumagamit ng pamamaraang ito ay
nabibigatan ng kanilang sariling mga subhetibong
.konklusyon

* * *

Buksan Mo, O Panginoon, ang mga pintuan ng
katahimikan at bantayan ang santuwaryo ng aking mga
espirituwal na kaisipan mula sa mga pag-atake ng
masasamang bulong. At hayaang mamulaklak ang mga
rosas ng aking mga pananabik sa hardin ng aking puso
habang hinihintay ko ang buhang-liwayway ng Iyong
.pagdating

* * *

Ang kaalamang teoretikal ay walang kakayahang *
magtamo ng banal na kaalaman, at ipinapayong huwag
sayangin ang mahalagang oras ng isang tao sa mga
teoryang hindi maaaring ilapat sa realidad, kung hindi ay
matatagpuan niya ang kanyang sarili sa gitna ng masukal na
kagubatan ng intelektwal at hindi kayang malampasan ang
.saklaw ng mga teorya

* * *

Ang kaligayahan ay bunga ng sikolohikal na tagumpay
laban sa pabagu-bagong mga pangyayari sa buhay

* * *

Siyang kinikilala ng Diyos ay maaaring hindi kilala ng
mundo

* * *

Kung ipoprograma ng isang tao ang kanyang sarili gamit
ang kaalamang teoretikal [nang walang aktwal na
pagsubok], siya ay magiging parang isang portable
recording device na inuulit ang mga kawikaan at inuulit ang
matatayog na parirala, at ituturing siya ng iba na isang
matalinong iskolar, ngunit ang ganitong kaalaman ay hindi
pinatitibay ng direktang pagdama sa katotohanan, ni hindi
.ito natutumbasan ng espirituwal na tagumpay

* * *

Mananatili ang mga problema sa mundo, kaya saan
makakahingi ng gabay at direksyon ang isang tao? Ang mga
iniisip ng isang tao, na naimpluwensyahan ng mga gawi,
pagtatangi, pagkiling, at panatismo, ay walang silbi, at ang
mga impluwensya ng kanyang kapaligiran, pamilya, bansa, o
mundo ay hindi kayang magbigay ng tunay na gabay.

Samakatuwid, dapat bumaling ang isang tao sa Diyos at
makinig sa mahinahon at payapang tinig na nagmumula sa
kaibuturan ng kaluluwa, isang tinig na naaayon sa
.katotohanan

* * *

Buksan ang inyong mga puso sa banal na pagbubuhos
upang ito ay dumaloy sa inyo at mapuno ang inyong mga
.buhay ng mga espirituwal na pagpapala at kabutihan

* * *

Anuman ang iyong trabaho at anumang tagumpay na
iyong makakamit, laging tandaan na ang Diyos ang siyang
pinagmumulan ng lahat ng lakas na kailangan mo upang
.magtrabaho at magtagumpay

* * *

Panginoon, hayaan Mo akong maalala Ka sa kahirapan*
at kasaganaan, sa sakit at kalusugan, sa kamangmangan at
karunungan, at hayaan Mo akong makita ang Iyong
pinagpalang liwanag na nagbibigay ng kagalingan at
.paggaling sa sandaling ito

* * *

Sa pag-iisa ng aking mga iniisip, ninanais kong marinig
ang iyong pinagpalang tinig. Ilayo mo sa akin ang malupit at
makamundong mga tinig na nakatago sa mga tupi ng aking
alaala. Nais kong pakinggan ang iyong mahinahon at
malambing na tinig magpakailanman, sa katahimikan ng
.aking kaluluwa

* * *

Ang buhay ay nababalot ng kadiliman, at dapat nating
hayaang ang liwanag ng Diyos ang maging gabay natin
habang tayo ay naglalakad sa madilim nitong landas. Siya
ang kabilugan ng buwan sa mga gabi ng kamangmangan at
kadiliman, ang araw ng kaliwanagan sa mga oras ng
paggising, ang tanglaw ng patnubay, at ang North Star para
sa mga tumatawid sa mga karagatan ng makalupang,
.panandaliang pag-iral

* * *

Panahon na para gumising ang sangkatauhan mula sa
pagkakatulog ng pagkalimot tungo sa isang espirituwal na
paggising. Hinihiling namin sa Iyo, O Panginoon, na itaas ang
aming kamalayan mula sa kaibuturan ng kawalang-ingat at
makitid at limitadong pag-iisip tungo sa mga abot-tanaw ng
kapayapaan, liwanag, pag-ibig, at pangkalahatang habag ng
.tao

* * *

Sa kalaunan ay magiging mas maayos ang mga bagay-
bagay dahil ang mga kapangyarihan at kababalaghan ng
Diyos ay nakatago sa likod ng mga kontradiksyon ng buhay
ng tao, at sinumang hindi kumbinsido sa hindi maiiwasang
sitwasyon at sumusubok na tumagos gamit ang kanyang isip
at pananampalataya sa kung ano ang nasa kabila ng tabing
.ay mabubuksan ang pinto para sa kanya

* * *

Ang pananampalataya ay hindi kailanman
nangangahulugan ng pagiging pabaya o hindi pagharap
nang matalino sa mga sitwasyon. Sa halip, anuman ang
mangyari, dapat tiyakin ng isang tao sa kanyang sarili na
ang Diyos lamang ang makakasuporta sa kanya sa mahirap
at mapanuring mga sitwasyon kung siya ay lalapit sa Kanya
.nang buong puso, kaluluwa, at damdamin

* * *

Kung maihahatid lamang ng ating mga pandama ang
buong katotohanan sa atin, makikita natin ang mundo bilang

mga ilog ng mga elektron, at ang bawat butil ng alikabok
bilang isang gumugulong na masa ng liwanag. Ang mga
tumatagos sa larangan ng materyal patungo sa espirituwal
ay nauunawaan ang kalikasan ng ilusyon at nalalaman ang
.diwa ng katotohanan

* * *

Maging sa gubat ng Africa, sa larangan ng digmaan,
nagdurusa sa sakit o kahirapan, dapat kumbinsihin ang sarili
na ang kamay ng Diyos ay mas malakas kaysa sa anumang
panganib at may kakayahang protektahan ang mga taong
humihingi ng kanlungan sa Kanya. Wala nang mas mabisang
paraan ng proteksyon. Siyempre, dapat gumamit ng
pangangatwiran sa pagharap sa mga pangyayari habang
kasabay nito ay naglalagak ng buong tiwala sa banal na
.tulong

* * *

Ang pag-ibig na nananahan sa puso ng lahat ng nilalang
—ang pag-ibig ng lahat ng ina, ama, kaibigan, at mga mahal
sa buhay—ay nagmumula sa banal na pag-ibig

* * *

Dapat gumawa ng pagkakaiba sa pagitan ng mga
pangunahin at maliliit na tungkulin, na inuuna ang
pinakamahalaga kaysa sa mga mahalaga lamang. Bukod pa
rito, walang tungkulin ang dapat sumalungat sa isa pa.
Sinasabi sa atin ng mga banal na kasulatan na kapag ang
isang tungkulin ay sumasalungat sa isa pa, ito ay katibayan
.na hindi ito isang tunay na tungkulin

* * *

Habang kumakalat ang mahahalagang sinag ng araw,
ikakalat ko ang mga sinag ng pag-asa sa mga puso ng mga
mahihirap at mga pinabayaan [mga taong pinabayaan ng
lipunan], at magtatanim ako ng bagong determinasyon sa
.mga puso ng mga taong nag-iisip na sila ay mga bigo

* * *

Sinabi ng gurong si Paramahansa sa isa sa kaniyang

:mga disipulo

Huwag mong ibukod ang sinuman sa bilog ng iyong"
pag-ibig. Panatilihin ang lahat sa iyong puso at pananatilihin
".ka rin nila sa kanila

* * *

Panginoon, tulungan mo akong laging gamitin ang aking
kalooban upang maisakatuparan ang mga kapaki-
.pakinabang at mabubuting gawa

Tulungan mo akong sumunod sa Iyong kalooban upang
ang lahat ng aking mga iniisip ay tumugon sa Iyong mga
.layunin at naaayon sa Iyong kalooban

Tinulungan niya akong gisingin ang nakatago at
pinagpalang kapangyarihan sa loob ko upang malampasan
.ko ang lahat ng kahirapan at pagsubok

* * *

Gumising sa matapang at mapagpakumbabang
espirituwal na personalidad – isa na pinagsasama ang lakas
ng mga leon at kahinahunan ng mga kalapati

* * *

Hindi ko alintana ang mapait at maling kritisismo, ni ang
labis na papuri at pambobola. Ang tanging hangarin ko ay
sundin ang Iyong kalooban, O Panginoon, at makamit ang
.Iyong pabor

* * *

Hindi mo maisip ang labis na kagalakan na pupuno sa
iyo kapag naramdaman mo ang banal na presensya. Ang
iyong kaluluwa ay malalasing sa walang hanggang pag-ibig
ng Diyos. Ito ay isang pag-ibig na milyun-milyong beses na
mas dakila kaysa sa anumang pag-ibig ng tao—isang pag-
ibig na tumutupad sa lahat ng iyong mga hangarin at
.pumupuno sa iyong puso ng kagalakan at kasiyahan

* * *

Sa pamamagitan ng panloob na pokus, maaari mong
direktang maranasan ang espirituwal na kaligayahan sa loob

mo at sa paligid mo. Kung iyong linangin ang kamalayang
ito, ang iyong personalidad ay lalago nang maayos, at
magkakaroon ka ng kaakit-akit na magnetismo para sa mga
.tao at iba pang nilalang

* * *

O Dakilang Tagapagtanggol, wala akong pakialam kung
mawala ang lahat dahil sa aking kapalaran, na aking sariling
kagagawan, ngunit hinihiling ko sa iyo, aking tanging
kanlungan, na protektahan ang kandila ng aking pag-ibig
para sa iyo mula sa mga hangin ng kapabayaang at
.pagkalimot

* * *

Uminom tayo nang husto sa dalisay at nakakapreskong
tubig ng kapayapaan na dumadaloy mula sa mga bukal ng
kanais-nais na mga kalagayan, na pinatitibay ng ating
matibay na paninindigan na mag-isip nang positibo at
.magkaroon ng optimistikong pananaw

* * *

Ang konsensya ay isang intuwisyon na nagpapakita ng
tunay na kalikasan at mga motibo ng isang tao. Kapag
malinis ang iyong konsensya, at alam mong ginagawa mo
ang tama, wala kang dapat ikatakot. Ang malinis na
konsensya ay isang patunay ng mabuting pag-uugali mula
sa Diyos. Ang pagiging napawalang-sala sa hukuman ng
konsensya ay nangangahulugan ng pagkakaroon ng
.kaligayahan at pagtanggap ng mga pagpapala ng Diyos

* * *

Subukang gumawa ng mga bagay na matapang at
kasiya-siya na hindi ginagawa ng karamihan, at magbigay ng
pagmamahal at kapayapaan sa mga taong hindi napapansin
.ng iba

* * *

Sinabi ng gurong si Paramahansa sa isa sa kaniyang
:mga disipulo

Kung hindi ka maglalaan ng oras sa paglinang ng isip,"

kahit gaano karaming materyal na kasaganaan ang
makapagbibigay sa iyo ng kasiyahan. Ang paglinang na ito
ay hindi pagpapahirap kundi pagsasanay ng kamalayan
upang pangalagaan ang mga kaisipan at kilos na
".humahantong sa kaligayahan

Ang kaligayahan mo ay ang iyong tagumpay, kaya
huwag mong hayaang nakawin ito sa iyo ninuman.

Protektahan ang iyong sarili mula sa mga taong
nagtatangang mang-istorbo sa iyo. Noong bata pa ako,
nawawalan ako ng pasensya tuwing may nagkakalat ng mga
maling tsismis tungkol sa akin. Kalaunan, napagtanto ko na
mas mahalaga ang aking kapayapaan ng isip kaysa sa
.pagsang-ayon o paghanga ng mga tao

* * *

Kung alam mo lang sana ang kwento ng banal na pag-
ibig na nararanasan ng ilang deboto sa Diyos! Walang ibang
karanasan sa buhay ang maihahambing sa kagalakang iyon.

May kilala akong isang santo na patuloy na nakalubog sa
pag-ibig ng Diyos, at ang kanyang mukha ay nagniningning
ng banal na pag-ibig. Ang mata ng Diyos ay laging nasa mga
nagmamahal sa Kanya, at hindi Niya sila pinababayaan kahit
.isang sandali

* * *

Kaunti lang ang mga interesado sa pagpapaunlad ng
kanilang mga kakayahang pangkaisipan at espirituwal

* * *

Huwag mong hayaang lumubog ang iyong sarili sa ilalim
ng pagpapaliban. Bumangon mula sa pagkakatatulog ng
nakakabagot na ordinaryong realidad at humakbang
patungo sa mga abot-tanaw ng isang pinong buhay kung
.saan mayroong tagumpay, kagalakan, at kapayapaan

* * *

Sa loob mo ay naroon ang napakalaking potensyal na
naghihintay na mamuhunan, at ikaw lamang ang may
.kakayahang paganahin at makinabang mula rito

* * *

Ang paglaya mula sa mga utos ng masasamang gawi at
hindi malusog na mga pagnanasa ay nagdudulot ng higit na
kaligayahan kaysa sa materyal na tagumpay. Sa tagumpay
sa intelektwal ay nakasalalay ang sikolohikal na kagalingan
na hindi maaalis ng mga panlabas na pangyayari. Maaari
mong gugulin ang lahat ng iyong oras sa pag-iipon ng
kayamanan, ngunit ang kayamanang iyon ay hindi
magbibigay sa iyo ng pangmatagalang kapayapaan at
seguridad na iyong hinahanap. Sa kabaligtaran, magdudulot
ito sa iyo ng higit na kalungkutan dahil ang tunay na
kaligayahan at kapayapaan ay nasa isip, hindi sa mga
.materyal na ari-arian

Kapag matatag kang nakatatag sa iyong tunay na sarili,
nagagawa mo ang bawat gawain at natatamasa mo ang
.lahat ng mabubuting bagay nang may banal na kagalakan

* * *

Huwag mong hayaang ang kahinaan ay tumagos sa
iyong isipan, at maging maingat sa pakikisalamuha sa mga
taong may negatibong kaisipan at pesimistikong pananaw,
dahil baka ang kanilang mahihinang kaisipan ay tumagos sa
iyong isipan, maliban na lang kung ang iyong isipan ay
umabot na sa isang antas ng kalakasan na hindi na ito
kayang pahinain ng mga kaisipan ng iba, bagkus, sa
kabaligtaran, nagagawa nitong palakasin ang mga kaisipan
.ng iba at pahasayin ang kanilang tiwala sa sarili

* * *

Ang Diyos ang una, at hindi natin dapat simulan o
tapusin ang ating araw nang hindi Siya iniisip. Dapat nating
tandaan na kung wala ang lakas at enerhiyang natatanggap
natin mula sa Diyos, wala tayong magagawa. Kaya naman,
.ang ating pinakadakilang tungkulin ay sa Kanya

* * *

May paraan upang suriin at husgahan ang mga kaugalian at tradisyon. Sa simula, ang bawat tradisyon ay may katwiran. Kung matutuklasan natin na umiiral pa rin ang katwiran, kung gayon ang tradisyon ay may kahulugan at pakinabang. Gayunpaman, hindi matalino na sundin ang mga tradisyon nang walang taros. Dapat nating malaman ang katotohanan at sundin ito, alamin kung ano ang maaaring magdulot sa atin ng kaligayahan at pagkatapos ay .ilapat ito

* * *

Kapag nakakita ka ng napakaraming tao na kulang sa kaligayahan o tagumpay, huwag mong isipin na iyon na ang kanilang kapalaran. Maaari mong gawin ang anumang gusto mo. Ang panloob na tagumpay mo ang tunay na .nagpapatagumpay sa iyo

* * *

Kung wala kang laman sa iyong sarili, hindi ka magiging masaya. Ngunit kung wala kang laman sa paligid mo at masaya ka sa iyong sarili, walang alinlangan na ikaw ay matagumpay. Kaya, imposibleng husgahan ang mga tao .batay sa kanilang panlabas na kalagayan

* * *

Sa gitna ng napakaraming tao, maaaring may isang taong nakarating na sa isang kalagayan ng espirituwal na kataas-taasan at nagtatamasa ng panloob na kapayapaan at .sukdulang espirituwal na kaligayahan

* * *

Alam kong tiyak na lahat ng kailangan ko ay darating sa akin, kaya hindi ako nag-aalala tungkol sa kung ano ang naghihintay sa hinaharap. Hindi ito pagmamayabang o pagkukunwari, dahil naranasan ko na ang gawa at bisa ng pinagpalang kapangyarihang iyon sa aking buhay nang .maraming beses

* * *

Lumulutang man ako sa ibabaw ng buhay o nalulunod
sa kailaliman ng dagat, alam kong kasama ko ang Diyos at
Siya ay kasama ko, at walang makakasakit sa akin. Ang
kaalamang iyon ay nagbigay sa akin ng di-malarawan at
.malalim na kaligayahan

* * *

Walang duda na ang pagbili ng bago ay isang kasiya-
siyang karanasan. Ngunit pagkaraan ng ilang sandali, ang
masayang pakiramdam na iyon ay unti-unting nawawala, at
maaari mo pa ngang tuluyang mawalan ng interes dito,
makalimutan ito at maghangad ng iba. Gayunpaman, ang
singil para sa bagay na iyon ay hindi malilimutan, lalo na
!kung binili mo ito nang hulugan

* * *

Dapat kontrolin ng isang tao ang kanilang buhay at
pasimplehin ito hangga't maaari. Dapat silang mag-ipon ng
pera para sa mga pangangailangan at emergency, unahin
ang pag-iipon kaysa sa paggastos sa mga luho, at tulungan
ang iba sa abot ng kanilang makakaya. Kapag tinulungan mo
ang iba, darating ang tulong sa iyo sa iba't ibang paraan, at
.wala kang kukulangin at wala kang mawawalan

* * *

Sa kagalakan ng lahat ng puso, naririnig ko ang
alingawngaw ng Iyong kaligayahan, O Panginoon, at sa
pagkakaibigan ng lahat ng tapat, nararamdaman ko ang
Iyong pag-ibig, ako'y nagagalak at ang puso ko'y nagagalak
sa tagumpay at kasaganaan ng aking mga kaibigan, tulad ng
aking pagsasaya sa aking sariling kagalingan at
kaginhawahan. Habang nagbibigay-inspirasyon ako ng
karunungan sa iba, pinararami ko ang mga kayamanan ng
aking sariling karunungan, at sa kaligayahan ng lahat,
.natatagpuan ko ang aking sarili

* * *

Ang pinakamalaking kaaway ng kaligayahan ay ang
pangungutang ng pera para makabili ng mga luho. May mga

taong nagkakamali sa paniniwalang hindi sila magiging masaya hangga't hindi sila nakakakuha ng isang partikular na bagay. Ngunit kahit na matapos nilang makuha ang bagay na iyon, hindi nila mararanasan ang tunay na kaligayahan, sa kabila ng pansamantalang kagalakang dulot nito. Ano ang saysay ng paghabol sa ilusyon ng kaligayahang panlupa na nangangakong masisira lamang? Dapat mamuhay nang simple ang mga tao, nang hindi nangangailangan ng maraming ari-arian na nangangailangan .ng patuloy na atensyon

* * *

Ang paraiso ko ay nasa loob ko. Habang tinatamasa ko ang mga pagpapala ng Diyos, nagpapasalamat ako sa Kanya, at ang aking panloob na kagalakan ay lumalago. Kung wala ang panloob na kasiyahang iyon, maging ang mga kasiyahan at kaluguran sa mundo ay nagiging impyerno. Napagtanto ko na kung wala ang panloob na kagalakang iyon, ang pasanin ng mga responsibilidad na ipinataw sa akin ay maaaring mag-alis sa akin ng aking .kapayapaan at kaligayahan

* * *

Kung ang kayamanan ay kaakibat ng sakit at mga problema, ang mga kahihinatnan ay magiging marami. Ang kalinisan at pangangalagang pangkalusugan ay kabilang sa mga kalakasan ng Kanluran. Ang mga mapaminsalang insekto at nakamamatay na mikrobyo ay epektibong kinokontrol sa mga mauunlad na bansa, habang sagana ang mga ito sa iba. Ngunit ang pagpuksa sa mga pesteng ito ay hindi ang tugatog ng tagumpay, dahil may iba pang mga uri ng paghihirap na umiiral sa mga mauunlad na bansa, tulad ng mga mahirap bayarang bayarin at nakakasakal na krisis sa pananalapi dahil sa mga sistema ng pagbili ng hulugan—mga paghihirap na nakakagambala sa pagtulog at sumisira .sa kapayapaan ng isip

* * *

Tayo ay mahalagang bahagi ng parehong kamalayan
.kung saan nagmula ang dakilang sansinukob na ito

* * *

Nakakita ka na ba ng kawan ng mga tupa? Kapag ang
isa sa kanila ay tumalon, gagayahin ito ng iba nang walang
pag-aalinlangan. Karamihan sa mga tao ay ganoon.
Maaaring may makaisip ng ideya o magpasimula ng bagong
uso, at ang iba ay agad na sasali at gagayahin ito. Ang
ganitong pamamaraan ay nagpatuloy sa loob ng maraming
henerasyon. Bawat bansa ay may mga kaugalian at
tradisyon, at hindi natin masasabing lahat ng mga ito ay
tama o maayos. Ngunit sino ang nakakaalam? Marahil ang
ilan sa mga kaugalian at tradisyong iyon ay walang
.kabuluhan at walang saysay

* * *

Kapag humupa ang magulong bagyo ng mga kaisipan,
papasok tayo sa kaharian ng kapayapaan at mahahawakan
ang banal na presensya

* * *

Isipin ang Diyos, o ang isang magandang tanawin na
nagbibigay-inspirasyon ng kapayapaan, o ang isang masaya
at kasiya-siyang karanasan. Ang positibo at mahinahong
aktibidad sa pag-iisip ay nakapagpapalakas at
.nakakapresko

* * *

Nabubuhay tayo sa isang magulong at magulong
mundo. Maaaring iniisip mo na ang pera ay
nangangahulugang kaligayahan, ngunit kapag nakuha mo na
ito, matutuklasan mong hindi ka pa rin masaya. Maaari kang
yumaman at mawala ang iyong kalusugan (huwag nawa ng
Diyos) O maaaring mayroon kang mabuting kalusugan at
mawala ang iyong pera O maaaring mayroon kang parehong
kayamanan at kalusugan ngunit dumaranas ng maraming
problema sa iba, na nag-aalok lamang ng kabaitan na
sinasalubong lamang ng poot at sama ng loob. Kung wala

ang Diyos, walang anuman sa buhay na ito ang tunay na
.makapagbibigay-kasiyahan sa iyo

* * *

Ang mundo ay nagiging silid ng pagpapahirap para sa
mga taong nabubuhay nang walang kaalaman sa banal na
plano. Ngunit kapag tiningnan mo ang mga karanasan sa
buhay bilang iyong mga guro at natututo mula sa mga ito
ang tunay na katangian ng mundong ito at ang iyong
itinalagang papel sa kosmikong drama, ang mga karanasang
iyon ay nagiging mahalagang liwanag sa landas tungo sa
.pangmatagalang kasiyahan at kaligayahan

* * *

Doon, sa kabila ng walang-dilim na kadiliman, ang
walang tunog na katahimikan, at ang hindi nilikhang
kawalan, ay nakasalalay ang walang hanggang esensya, na
siyang pinagmulan ng pag-iral at ang pinagmumulan ng
.lahat ng kapangyarihan at nilalang, nakikita man o hindi

* * *

Hindi nilikha ng Diyos ang mundong ito para lamang sa
atin upang kumain, matulog, at mamatay, kundi upang
malaman natin ang Kanyang kalooban at maunawaan ang
layunin ng ating pag-iral. Naunawaan na ng iilang
matatalinong tao ang kahulugan ng planong kosmiko, ngunit
karamihan sa mga tao ay bulag at walang kamalayan sa
.layuning iyon

* * *

Hindi kailanman naging layunin ko ang pera sa buhay;
ang layunin ko ay paglingkuran ang aking mga kapatid sa
sangkatauhan. Kaya naman, binuksan ng Diyos ang
maraming pinto ng pagkakataon para masuportahan ko ang
.aking sarili at matupad ang aking misyon

* * *

Nilikha ng Diyos ang sansinukob na ito upang gumana
ayon sa isang nakapirmi at hindi nagbabagong batas. Kung
lalabagin natin ang alinman sa mga pangkalahatang batas

na ito, pinaparusahan natin ang ating sarili. Ang sinumang
tumalon mula sa bubong ng isang mataas na gusali ay
mababali ang kanyang mga buto. Samakatuwid, hindi natin
maaaring balewalain ang batas ng grabidad nang hindi
.nadarama ang mga kahihinatnan nito

* * *

Kapag ating malalimang sinuri ang mga kabihasnan ng
mundo at ginalugad ang mga nakatagong lihim ng mga
sinaunang kabihasnan, isang malawak na larawan ang
lumilitaw, na may magkakaugnay na mga linya,
magkakaibang mga kabanata, at mga tiyak na detalye, at
ating matutuklasan na ang tao ay parehong indibidwal at
.panlipunan sa kalikasan nang sabay

* * *

Kung nais ng Diyos na mamuhay lamang tayo sa
materyal na kamalayan, lubos tayong masisiyahan sa mga
materyal na bagay at masisiyahan sa mga makamundong
.gawain

* * *

Ang mga sinag ng kadalisayan, kapayapaan, at
kaligayahan na lampas sa mga pangarap ay kumukurap at
sumasayaw sa ating kaibuturan

* * *

Sa bawat karanasang lumilitaw sa kalangitan ng ating
buhay sa paglalakbay nating ito sa lupa, dapat nating
matutunan kung paano palawakin ang ating kamalayan at
kung paano maging mas maunawaan ang mga pangyayaring
nakapaligid sa atin o ating pinagdadaanan, at sa gayon ay
mamumuhay tayo nang may mas maayos na pagkakaisa at
.mas maayos na makitungo sa mga tao at sa buhay

* * *

Karamihan sa mga tao ay ginagaya ang iba. Ang isang
tao ay dapat maging orihinal at malikhain, at maging
.dalubhasa sa lahat ng kanilang ginagawa

Sa Silangan, ang pangunahing pokus ay ang paglinang ng espirituwal na kaligayahan, habang ang mga materyal na aspeto ng buhay ay madalas na napapabayaang. Sa Kanluran, may ilang materyal na kaginhawahan ngunit napakakaunti ng sikolohikal na kaligayahan. Ang kailangan ay isang balanse sa pagitan ng dalawa, dahil ang pagtuon sa isang aspeto lamang ng buhay ay humahantong sa kawalan ng balanse at kawalan ng kakayahang harapin ang mga pangangailangan ng buhay nang makatwiran

* * *

Ang pinakadakilang kaligayahan - pagkatapos ng banal na kaligayahan - ay ang maging mapayapa ang isang tao sa kanyang mga malapit na kamag-anak na kanyang makakasama araw-araw sa buong taon

Maraming oras ang nasasayang ng mga tao sa pagmamadali at pagkilos nang padalos-dalos nang walang gaanong nagagawa. Kaunting pahinga lang ang kailangan para magnilay-nilay at subukang unawain ang iniaalok ng buhay

* * *

Dapat tayong magsikap na magtayo ng mga panloob na gusali ng karunungan sa mga hardin ng kapayapaan na yumayabong at nagniningning na may hindi mabilang na mga bulaklak ng kahanga-hangang espirituwal na mga birtud

* * *

Ang panloob na pagkakasundo ay isang masaganang pinagmumulan ng lakas at lumilikha ng nababagong enerhiya

* * *

Sa pagtingin sa buhay, matutuklasan ng isa na ang tagumpay ay hindi madali. Ang buhay ay kadalasang malupit at walang patawad, at kailangan nating magsumikap upang kumita ng ikabubuhay. Isipin ang pagsisikap na kinakailangan upang mapanatili ang iyong katawan at

mapanatili itong malusog at malaya sa sakit! Kahit na
magtagumpay ka rito, ang tagumpay na iyon ay
pansamantala lamang. Ang katawan—nawa'y mabuhay ka
nang matagal—ay kalaunan ay ililibing. Ang
pangangailangan ay nagdidikta ng pakikipaglaban sa
maraming puwersa, kapwa panloob at panlabas, upang
makamit ang ninanais na tagumpay. Ang mga puwersang ito
ay walang pagod na nagtatrabaho upang agawin sa iyo ang
.anumang tunay na makabuluhang mga nagawa

* * *

Sikapang manatiling kalmado sa lahat ng pagkakataon,
at hayaang mamukadkad ang binhi ng iyong kapayapaan
.nang may saya at mga ngiti ng kasiyahan

* * *

Kahit ang pinakadakilang mga banal ay hindi makakamit
ang ganap na kaligtasan maliban kung ibabahagi nila ang
kanilang tagumpay—ang kanilang mga espirituwal na
karanasan at mas mataas na kaalaman—sa iba sa
pamamagitan ng pagtulong sa kanila na maabot ang
espirituwal na pag-unawa. Kaya naman ang mga nakarating
na sa ganitong mga yugto at nakamit ang ganitong mga
kalagayan ay sabik na magbigay ng pag-unawa sa mga
nangangailangan nito. Kung nais mo ng tunay na tagumpay,
hindi lamang ang iyong sariling kaligayahan ang iyong
.matitiyak kundi pati na rin ang kaligayahan ng iba

* * *

Kahit sinong may katalinuhan ay maaaring kumita ng
pera. Ngunit kung mayroon silang pagmamahal sa kanilang
puso, hindi nila kailanman gagamitin ang perang iyon para
sa makasariling layunin; sa halip, ibabahagi nila ito sa iba.
Ang pera ay isang sumpa at isang kasawian sa kamay ng
mga makasarili at kuripot, at isang biyaya at isang regalo sa
kamay ng mga may mabubuting puso at mapagbigay na
.kaluluwa

* * *

Maaaring piliin ng isang tao na manatiling tahimik sa loob ng mahabang panahon, tumangging makipag-usap sa kanilang pamilya Bagama't maaaring makamit ng taong ito ang isang antas ng panloob na kapayapaan, ang kanilang pag-uugali ay makasarili at nakakapinsala sa kaligayahan ng kanilang pamilya. Hindi sila maituturing na tunay na matagumpay maliban kung ang kanilang mga mahal sa buhay ay makikinabang din sa kanilang mga nagawa. Gayundin, ang pagkamit ng materyal na tagumpay ay hindi lamang tungkol sa ating karapatang tamasahin ang kasaganaan lamang; kinabibilangan din ito ng ating moral na responsibilidad sa iba na tulungan silang mapabuti ang .kanilang mga kalagayan sa pananalapi at pamumuhay

* * *

Protektado ako sa likod ng aking malinis na konsensya.

Sinunog ko na ang madilim na nakaraan at ang ngayon na .lang ang inaalala ko

* * *

Ngayon ay napagtanto ko na ako ay kaisa ng liwanag ng pinakadakilang kabutihan at ako ay isang tanglaw para sa mga taong nakikipaglaban sa mga alon ng dagat ng .kalungkutan

* * *

Iba-iba ang pananaw at teorya ng mga tao tungkol sa tagumpay, depende sa kanilang mga ambisyon sa buhay. Hindi bihira na marinig ang ilang tao na inihahalintulad ang tagumpay sa pagnanakaw, na sinasabi ang mga bagay tulad ng, "Isa siyang matagumpay na magnanakaw!" Binibigyang-diin nito na ang tagumpay sa lahat ng anyo at uri nito ay kanais-nais at hinahangad. Gayunpaman, ang ating .tagumpay ay hindi dapat makapinsala sa iba Mayroon ding isa pang pamantayan para sa tagumpay: kapag nakakamit natin ang maayos at kapaki-pakinabang na mga resulta para sa ating sarili, dapat din nating isama ang

iba sa ating tagumpay at ibahagi ang mga bunga nito sa
.kanila

Ang tagumpay ay nangangahulugang kasiyahan at
kasiyahan ng isang tao sa loob ng kanilang kapaligiran. Ang
tunay na tagumpay ay bunga ng mga kilos na nakabatay sa
mga prinsipyo ng katuwiran, at saklaw nito ang kaligayahan
at kagalingan ng iba bilang mahalagang bahagi ng sariling
kaligayahan. Kung ilalapat natin ang prinsipyong ito sa ating
materyal, intelektwal, moral, at espirituwal na buhay,
magkakaroon tayo ng kumpleto at komprehensibong
.kahulugan ng tagumpay

* * *

Dito sa limitadong mundong ito, nauunawaan natin ang
haba, lapad, at densidad, ngunit may isa pang antas kung
saan walang mga dimensyon; lahat ay malinaw at malinaw—
lahat ay kamalayan at persepsyon. Ang panlasa ay
persepsyon, gayundin ang pang-amoy. Ang ating mga
damdamin, kaisipan, at katawan ay mga estado ng
kamalayan. Tulad ng ating nakikita, naririnig, naaamoy,
nalalasaan, at nahahawakan sa mga panaginip, gayundin,
sa mas mataas na antas na iyon, nararanasan natin ang
lahat ng mga sensasyong ito sa pamamagitan ng purong
.kamalayan

* * *

O Panginoon, pasayahin Mo kami sa pamamagitan ng
pagdama sa Iyong kalapitan, palayain Mo kami mula sa mga
tanikala ng mga pagnanasa, at bigyan Mo kami ng panloob
na kagalakan na hindi naaapektuhan ng mga karanasan sa
.buhay at ng mga nagbabagong pangyayari nito

* * *

Kapag ang ating mga isipan ay naaayon sa mas
matataas na pananaw, ang espirituwal na kamalayan ay
nagigising sa loob natin at nararanasan natin ang mga
kamangha-manghang kababalaghan ng banal na
.karunungan at pag-ibig

* * *

Kung lubos nating mamahalin ang Diyos at babalik sa
Kanya nang buong puso at isipan, madarama natin na
malapit tayo sa Kanya at matutuklasan natin na Siya ang
.pinakadakilang kanlungan ng seguridad sa buhay

* * *

Sa tila walang laman at malawak na kalawakan ng
kalawakan, mayroong isang kosmikong koneksyon at isang
buhay na walang hanggan na nag-uugnay sa atin sa lahat ng
mga bagay na may buhay at walang buhay sa sansinukob—
isang alon ng kataas-taasang buhay na dumadaloy sa lahat
ng nilalang. Ang kawalang-hanggan ang ating tunay na
tahanan at permanenteng tahanan, at ang ating pag-iral sa
mga katawang ito ay pansamantala lamang, tulad ng isang
maikling pahinga para sa isang karaban na naglalakbay sa
.disyerto

* * *

Kapag iniayon natin ang ating mga sarili sa mga
malikhaing puwersa ng espiritu, makakakonekta tayo sa
unibersal at walang hanggang kaisipan na may kakayahang
gumabay sa atin at lutasin ang ating mga problema, ang
malikhaing kapangyarihan ay dadaloy sa atin nang walang
patid mula sa pinakadakilang pinagmumulan ng ating
pagkatao, na magbibigay-daan sa atin upang makamit ang
malikhaing tagumpay sa anumang larangan ng ating
.aktibidad

* * *

Ang pag-ibig ay lumalago at yumayabong sa isang
kapaligirang puno ng tiwala, pagpaparaya, at paggalang sa
isa't isa

* * *

Pagpalain mo kami, O Panginoon, ng liwanag ng mga
dalisay na kaisipan at mabubuting gawi, upang kung ang
kadiliman ng masasamang gawi at lihis na mga kaisipan ay
lumapit sa amin, ito ay agad na mapawi. At tulungan mo

kaming mahalín Ka nang may napakalalim na pag-ibig na hindi kami mabibitag o mabihag ng mga materyal na ilusyon .o makamundong mga tukso ang aming mga isipan at puso

* * *

Ang mga bagay na madaling makuha ay bihirang mahalaga. Alam natin ito mula sa pag-aaral ng buhay ng mga dakilang lalaki at babae at kung paano sila naging dakila sa pamamagitan ng pagpapaunlad ng kanilang mga talento, pagtupad sa kanilang mga tungkulin, pagbuo ng kanilang mga moral na pagpapahalaga, malalim na pag-aaral, at pag-iwas sa pagkamakasarili. Ang mga resultang kanilang nakamit at ang mga tagumpay na kanilang nakamit ay hindi masukat na mas malaki kaysa sa mga pagsisikap na .kanilang ginawa

* * *

Ang tunay na kalayaan ay nakasalalay sa kalayaan sa pagpili na ginagabayan ng karunungan at sinusupportahan ng .pang-unawa, kawastuhan, at matatag na kalooban

* * *

Kapag ginising mo ang iyong kalooban, determinasyon, at malay na pag-unawa, ang mga hindi nakikitang puwersa ay pinakakawalan mula sa mas mataas na kamalayan—sa pamamagitan ng pananaw ng kaluluwa—upang tulungan ka at liwanagan ang mga landas na patungo sa sikolohikal na .ginhawa at kaligayahan, sa tulong ng Diyos

* * *

Dapat buksan ng isang tao ang mga daluyan ng kaluluwa sa pamamagitan ng sarili niyang pagsisikap.

Walang sinuman ang kusang pipili ng pagdurusa at paghihirap kaysa sa kapayapaan at kaligayahan. Ang kamangmangan ang ugat ng pagdurusa at ang balakid na dapat alisin at alisin. Ang kamangmangan ay isang mapaminsalang damo, malalim ang pagkakaugat, na tumutubo sa hardin ng sangkatauhan, na sumisipsip sa mabubuti at kapaki-pakinabang na mga halaman. Ang

kamangmangan ay dapat malampasan nang may matibay
na kalooban at matatag na determinasyon. Ang lupa ng
isipan ay dapat bungkalin nang may tumpak na pokus ng
isip [sa positibo] at ang mabubuting buto ay dinidiligan ng
tubig ng pananampalataya. Kapag ang mahalaga at mainit
na sinag ng pag-ibig ay sumikat, ang binhi ng kabutihan ay
lalago at dadaig sa mga parasitikong damo at damo, dahil
ang kadiliman ay hindi maaaring umiral sa presensya ng
.liwanag

* * *

Ang mga kasiyahan ng mga materyal na bagay ay
kumukupas at nawawala, ngunit ang banal na kagalakan ay
hindi kailanman kumukupas. Ito ay isang banal na
.kaligayahan na walang hanggan at hindi mailalarawan

* * *

Hindi tayo dapat gumamit ng mga maling pamamaraan
upang makamit ang kaligayahan, ni hindi natin dapat
talikuran ang kapayapaan at espirituwal na kayamanan na
taglay natin sa paghahangad ng mapanlinlang na
kaginhawahan at isang kumikinang na buhay na maaaring
nakasabit sa atin ng mga mala-impyernong kilos at pag-
.uugali na may mapaminsalang epekto

* * *

Ang katahimikan ang pinakamahusay na kamera para
makuha ang banal na presensya. Sa pamamagitan ng lente
ng dalisay at tumpak na nakapokus na katahimikan, ang
pinagpalang imahe ay lilitaw nang may perpektong
.kalinawan

* * *

Sa katunayan, ang lahat ng karunungan ay nasa loob
mo at ang kailangan mo lang ay maging malay dito

* * *

Ang kasiyahan ay nakasalalay sa pagpapabuti ng sarili,
kung kaya't ang iba ay hahanapin ka sa halip na ikaw ang
maghanap sa kanila. Ang pagmamahal at pagkakaibigan ay

dapat ibigay nang walang inaasahan o hinihinging kapalit,
dahil ang inaasahan ay nagbubunga ng sama ng loob at
kapaitan. Kahit na nagsusumikap para sa pagpapabuti ng
sarili, ang isa ay dapat na manindigan nang mag-isa, ligtas
at payapa sa loob ng kuta ng sariling mga birtud at
.pagpapahalaga sa sarili

* * *

Nawa'y ang mga talon ng kagalakan at optimismo ay
laging dumaloy mula sa aking puso, at nawa'y ang kanilang
nakakapreskong timpla ay dumampi sa lahat ng aking
makakasalamuha

* * *

Ang espirituwal na kagalakan ay lumilikha sa kaluluwa
ng pagnanais na tumulong sa iba sa lahat ng paraan, at
nagpapaunlad ng kakayahang pahalagahan ang pinong
moral na kasiyahan na humahantong sa kaligayahan, sa
gayon ay binabawasan ang pagkahilig sa mga bastos na
.kasiyahan

* * *

Gaano man kaliit ang iyong papel, nananatili itong
kasinghalaga ng mga pinakadakilang papel sa usapin ng
pag-aambag sa tagumpay ng kosmikong dula na
.ginagampanan ng mga kaluluwa sa entablado ng buhay

* * *

Ang unibersal na kamalayan ay isang ganap, walang
katapusang kamalayan, patuloy na binabago ang sarili at
hindi mauubos sa pagkamalikhain nito, at sa pamamagitan
mo ay sinusubukan nitong ipahayag ang isang natatanging
.aspeto ng sarili nito

* * *

Kahit minsan lang matikman mo ang banal na pag-ibig,
hindi mo ito susukuan dahil wala nang katulad nito sa buong
.sansinukob

* * *

Ang mga nakakakilala sa Diyos ay umabot na sa napakataas na antas ng espirituwalidad, kung kaya't hindi sila nasisiyahan sa pagbibigay lamang ng espirituwal na payo sa mga makasalanan, kundi maaari nilang – sa pamamagitan ng biyaya at tulong ng Diyos – na bigyan sila ng espirituwal na kapangyarihan na nagpapalaya sa kanila mula sa mga bunga ng kanilang mga makasalantang gawa

* * *

Ang lahat ng mabuti at masamang kilos ay nananatili sa loob ng mga selula ng utak at nagpapakita ng sarili bilang mga mabubuti o masasamang gawi o tendensiya sa pag-iisip. Ang isang taong dumaranas ng mga hindi malusog na gawi dahil ang kanilang mga selula ng utak ay sinisingil ng kapangyarihan ng mga gawi na iyon ay maaaring palayain ang kanilang sarili sa pamamagitan ng paghahangad, pagmumuni-muni, taos-pusong panalangin, at patuloy na positibong pagpapatibay hanggang sa ang lahat ng kanilang hindi kanais-nais na mga gawi ay mabago tungo sa mga mabubuting gawi ng kapayapaan at katahimikan. Nangyayari ito kapag ang wastong nakagabay na puwersa ng buhay ay kumikilos upang baguhin ang abnormal na katangian ng mga selula ng utak, upang ang mga selulang iyon ay mapuno ng lahat ng mabuti, mabubuti, at maganda

* * *

Ang pag-unawa ay ang panloob na mata, ang paningin ng kaluluwa, at ang teleskopyo ng puso. Ito ang balanse sa pagitan ng kahinahunan ng isip at kadalisayan ng konsensya

* * *

Araw-araw ay nakakakita tayo ng iba't ibang eksena, at bawat araw ay may dala itong bagong aral na matututunan. Inaasahan na matututo ang isang tao ng aral sa pamamagitan ng pagtuon sa sukdulang layunin ng kanyang pag-iral: ang pagkilala sa pinagmumulan ng kanyang pagkatao at sa pundasyon ng kanyang buhay

Pagsikapan nating kalimutan ang mga kalungkutan ng
nakaraan at magpasiyang huwag nang alalahanin pa ang
mga ito. Taglay ang matibay na determinasyon at aktibong
kalooban, ating panibaguhin ang ating mga buhay,
pagbutihin ang ating mga tagumpay, at linangin sa ating
sarili ang mabubuting gawi at marangal na katangian
Ang Diyos ang aking kalakasan at hindi ako naniniwala
sa iba pang kalakasan

Lumaban sa mga laban sa buhay at magtiyaga
hanggang dulo, huwag sumuko. Huwag mong sabihing,
"Hindi ko mahanap ang landas, kaya titigil na ako sa
pagsubok." Humingi ng gabay kung nagkamali ka, ngunit
huwag tumigil sa pagsubok. Marami ang tumatanggap ng
pagkatalo kapag nahaharap sa mga balakid. Ang mga
nabibigo ay dapat makisama sa mga matagumpay na tao,
hindi sa mga bigo. Maging determinado na magtagumpay;
hayaan mong iyon ang maging pilosopiya mo sa buhay
Araw-araw, dapat nating palakasin ang ating pisikal na
lakas, dagdagan ang ating mental na lakas, at kilalanin ang
ating tunay na sarili sa pamamagitan ng pagmumuni-muni,
matinong pag-iisip, at positibo at produktibong gawain na
magkakasamang makikinabang sa katawan, isip, at espiritu
Kapag gusto mong magtatag ng isang mabuting ugali o
putulin ang isang masamang ugali, ituon ang pansin sa mga
selula ng utak kung saan matatagpuan ang mga mekanismo
ng iba't ibang gawi. Upang magtatag ng isang mabuting
ugali, umupo muna nang tahimik at magnilay-nilay, humingi
ng banal na patnubay
Ituon ang iyong isip sa sentro ng lakas ng loob sa iyong
noo, sa pagitan ng iyong mga kilay, at matatag na
pagtibayin ang ugali na gusto mong ikintal sa iyong utak.
Kapag gusto mong alisin ang masasamang gawi, ituon din
ang iyong atensyon sa sentro ng lakas ng loob at matatag na
pagtibayin na ang lahat ng mga ugat kung saan nakaugat
ang mga gawi na iyon ay nabubura na

Sa pamamagitan ng pokus at lakas ng loob, mabubura
mo kahit ang malalalim na gusot ng nakaugat na mga
.lumang gawi

Paulit-ulit na pagtibayin sa iyong sarili na mayroon kang
lakas ng loob na alisin ang mga hindi malusog na gawi sa
iyong utak. Ang pinakamagandang oras para sa
pagpapatibay na ito ay maagang umaga kapag ang iyong
lakas ng loob at pokus ay nasa kanilang tugatog. Patuloy na
pagtibayin sa iyong sarili na malaya ka na sa lahat ng utos,
at balang araw ay matutuklasan mo—sa tulong ng Diyos—na
tunay mo nang napalaya ang iyong sarili mula sa bisyo na
.nais mong itigil

Anuman ang iyong kinatatakutan, alisin mo ito sa iyong
mga iniisip at ipaubaya ito sa Diyos. Palakasin ang iyong
pananampalataya sa Diyos at magtiwala na kaya ka Niyang
tulungan, at alamin na ang maraming pagdurusa ay
.nagmumula sa pag-aalala at pagkabalisa

Bakit ka pa magdurusa ngayon kung ang bagay na
iyong kinatatakutan ay hindi pa nangyayari? Dahil
karamihan sa ating mga kaguluhan ay nagmumula sa takot,
kung aalisin natin ang takot sa ating buhay, makakaramdam
.tayo ng kalayaan at ang paggaling ay agad na magaganap

Tuwing gabi, bago ka matulog, tiyakin sa iyong sarili na
ang Diyos ay kasama mo, pinoprotektahan at binabantayan
ka. Isipin ang Kanyang nagpoprotektang liwanag na
nakapalibot sa iyo mula sa lahat ng panig, at
mararamdaman mo ang Kanyang kamangha-manghang
.proteksyon

Sa kosmikong dulang ito, ginagampanan ng mga tao ng
.lahat ng lahi ang drama ng buhay sa entablado ng panahon
Dapat nating maunawaan ang kahulugan ng buhay
nang hindi labis na nagiging abala o labis na nakatuon sa

ating mga pansamantalang tungkulin. Ang ating pag-unawa sa buhay ay kadalasang napipilipit at naliligaw dahil tinitingnan natin ito sa pamamagitan ng mga mata ng pagkamakasariili at limitadong pananaw; kung titingnan natin gamit ang mga mata ng espiritu, makikita natin ang mga bagay-bagay mula sa isang ganap na kakaibang .pananaw

Kapag binuksan natin ang mata ng karunungan, nakikita natin ang sumasaklaw sa lahat ng liwanag ng Diyos, at sa liwanag na iyon ay nakikita natin ang ating espirituwal na kalikasan, na isang repleksyon ng kalikasan ng pangkalahatang kamalayan na tumatagos sa lahat ng mga .partikulo at bahagi ng sansinukob

Ang mga espirituwal na katotohanan ay nakapalibot sa atin, kumakatok sa mga pinto ng ating nakapikit na mga mata, hinihimok tayong makita ang liwanag sa halip na kadiliman, kumilos nang may karunungan sa halip na kamangmangan, punuin ang ating mga puso ng pagmamahal sa halip na poot, at makipagtulungan sa pagtatatag ng kapayapaan at pagdadala ng kasaganaan at seguridad sa ating mundo. Kapag ginawa natin ito, ang kamangmangan ay maglalaho, ang mga pagkakaiba sa mundo ay maglalaho, makakakita tayo ng pagkakaisa sa pagkakaiba-iba, at tayo ay magiging mas naaayon sa banal .na kalooban

Ang ating relasyon sa Diyos ay hindi isang malamig o walang pagmamahal, tulad ng sa pagitan ng isang amo at isang empleyado. Tayo ay Kanyang mga anak, at ang Kanyang pangangalaga sa atin ay palagi; Nakikinig Siya sa atin palagi. Tayo ay mahalagang bahagi ng Kanyang pagkatao, at ang ating relasyon sa Kanya ay buhay at masigla. Pinagkalooban Niya tayo ng hindi mauubos na kayamanan ng pagmamahal, pang-unawa, pananaw, mabuting kalooban, at espirituwal na lakas, ngunit .karamihan sa atin ay nilustay ang kayamananang ito sa wala

Nais ng Diyos na mamuhay tayo nang may seguridad,
kapayapaan, at palakaibigang pagtutulungan, gaya ng
nararapat sa mga miyembro ng isang marangal at
mapagmahal na pamilya, ngunit ang kasakiman at
makasariling mga kalkulasyon ay umusbong at nag-ugat sa
kaluluwa ng mga tao at nagdulot ng pagkakawatak-watak sa
.pamilya

Nais ng Diyos na tayo ay maging mga panginoon, ngunit
pinili nating maging mga alipin. Ang sangkatauhan ay
naligaw nang malayo mula sa kanyang makalangit na
tahanan at nawala ang panloob na paraiso ng pakiramdam
na malapit sa Diyos at ang Diyos na malapit sa atin, at hindi
nito mababawi ang paraisong iyon nang walang personal na
pagsisikap na nilikha tayo ng Diyos ayon sa Kanyang wangis,
.ngunit ang katotohanang ito ay nalimutan na natin

Sumuko na tayo sa ilusyon na ang ating kapalaran ay
kahirapan at ang ating kapalaran ay pagkalipol, at kailangan
nating punitin ang tabing ng ilusyon gamit ang punyal ng
karunungan upang makita ang maliwanag na katotohanan
.sa likod ng tabing

Biniyayaan ako ng Diyos ng kaligayahan sa
mahahabang taon ng aking buhay. Nakikita man ng mga tao
ang ngiti ng kasiyahan sa aking mukha o hindi, ang banal na
kagalakan ay laging kasama ko at hindi ako iniiwan. Ang
dakilang ilog ng kaligayahan ay patuloy na dumadaloy sa
ilalim ng buhanginan ng aking kamalayan at bumubulwak
bilang mga pinagpalang bukal na nagdidilig sa mga hardin
.ng aking buhay

Hindi kayang guluhin ng mga biglaang pagbabago sa
buhay ang aking kapayapaan, ni hindi kayang alisin ng multo
ng kamatayan ang espirituwal na kaligayahang aking
.nararamdaman

Mahirap gawing permanente at hindi mababago ang
kalagayang iyon, ngunit ang mga bunga ng espiritu na

ngayon ay tinatamasa ko at ibinabahagi ko sa iba ay sulit sa
.lahat ng pagsisikap na ibinuhos ko rito
Ako'y nag-iisip at kumikilos na ginagabayan ng banal na
espiritu. Ang pera ay hindi kailanman naging layunin ko sa
buhay, bagkus ay ang paglilingkod sa aking mga kapatid sa
sangkatauhan. Kaya naman, binuksan ng Diyos ang
maraming pinto ng kabutihan para sa akin upang
matustusan ang aking sarili at matupad ang aking misyon.
At sa tuwing kailangan ko ng tulong, agad itong ibinibigay ng
.Diyos

Ang tanging hangarin ko ay paglingkuran ka, at kaya
ako narito
Ang kapangyarihan ng Diyos ay gumagana rin sa inyong
buhay. Mararanasan ninyo mismo ang katotohanang ito
kapag lumakas ang inyong pananampalataya at napagtanto
ninyo na ang tunay na kayamanan ay hindi nagmumula sa
.materia na tagumpay kundi sa Makapangyarihan
Bawat sandaling ginugugol mo kasama ang Diyos ay
para sa iyong lubos na kapakinabangan, at lahat ng iyong
nagawa dahil sa pagmamahal at para mapalugdan ang Diyos
.ay isusulat para sa iyo sa talaan ng kawalang-hanggan
Magpahinga sa pag-iisa ng iyong malalim na pag-iisip at
tamasahin ang kapayapaang dumadaloy mula sa bukal ng
katahimikan

Kung maghahasik tayo ng mabubuting gawa, aani tayo
ng kagalakan at mga pagpapala, at kung maghahasik tayo
ng masasamang gawa, aani tayo ng iba't ibang uri at antas
.ng krisis at problema

Ang bawat mabuting gawa ay parang piko na ating
hinuhukay sa lupa ng kamalayan upang matuklasan ang
.bukal ng banal na kagalakan

Matutong sumisid sa dagat ng pagmumuni-muni at
paggalugad, maging ito man ay may kaugnayan sa
magagandang libro, paniniwala, problema, pilosopiya, o
panloob na kagalakan, kinikilala na ang ordinaryong

[mapagnilay-nilay] na pag-iisa ang kapalit ng tunay na
.kaligayahan

Bagama't ang buhay ay tila hindi mahuhulaan, pabago-
bago, at mahiwaga, puno ng mga pagdududa at lahat ng uri
ng problema at kaguluhan, nananatili tayo sa ilalim ng
patuloy na proteksyon ng Diyos. Hindi natin dapat palakihin
ang mga bagay-bagay o mawala ang ating kahinahunan sa
harap ng mga pangyayari, dahil kung hahayaan nating
madaig tayo ng takot, binibigyan natin ng kapangyarihan
ang kasamaan at pinalalalim ang mga ugat nito, na lumalaki
.at umuunlad sa lupa ng takot at pagkabalisa

Tanungin ang iyong sarili gabi-gabi: Gaano karaming
oras ang ginugol mo kasama ang Diyos, gaano karami ang
iyong pinagnilayan, gaano karami ang iyong nagawa, gaano
karami ang iyong nagawa para sa iba, at gaano mo
?nakontrol ang iyong mga pagnanasa

Hindi natin dapat asahan na makakatagpo tayo ng
pangmatagalang kaligayahan at kapayapaan sa mga
pagsubok sa buhay; sa halip, dapat nating hanapin at
tuklasin ang mga ito sa ating sarili. Kung gayon, anuman ang
ating mga karanasan, haharapin natin ang mga ito sa
parehong paraan ng panonood natin ng mga karanasan ng
.iba sa isang pelikula, masaya man o masakit

Maaaring gawing masasakit at miserableng pagsubok
ng isang tao ang lahat ng kanilang mga karanasan kung
hahayaan nilang gawin ito ng kanilang isipan. Maaaring
magtamasa sila ng mabuting kalusugan ngunit hindi nila
pinahahalagahan ang halaga nito. Ngunit kung sila ay
magkasakit, magpapakumbaba sila at pahahalagahan ang
biyaya ng kagalingan. Dapat nating kilalanin ang biyaya ng
Diyos at pasalamat Siya sa mga biyayang ipinagkakaloob
Niya sa atin nang hindi na hinihintay pa ang mga hindi
magandang pangyayari upang tayo ay magpasalamat at
.kilalanin ang Kanyang biyaya

Ang buhay ay dapat na isang timpla ng pagninilay at pagkilos. Kapag ang isang tao ay nawalan ng kanilang sikolohikal na balanse, sila ay nagiging mahina sa pagdagsa ng mga alalahanin, mga ulap ng kalungkutan, at mga kirot ng sakit. At kung susubukan nilang labagin ang mga batas ng kalusugan, kasaganaan, at karunungan, sila ay tiyak na .magdurusa sa sakit, kahirapan, at kamangmangan
Dapat nating panatilihing dalisay ang ating mga intensyon, malinis ang ating mga motibo, at kumilos sa paraang magdudulot sa atin ng kapayapaan ng isip, at huwag hayaang ang mga pangyayari sa buhay ay makagambala sa ating kapayapaan at makasira sa ating .kaligayahan

Ang mga pusong malungkot at mga wasak na kaisipan ay umaakit sa akin, gaano man sila kalayo
Palawakin ang mga hangganan ng iyong nagniningning na kaharian ng pag-ibig upang unti-unting maisama ang iyong pamilya, ang iyong mga kapitbahay, ang iyong komunidad, ang iyong bansa, at lahat ng may kamalayang .mga bansa at nilalang

Dapat din nating palakasin ang ating talino at tanggihan ang pasanin ng kahinaang intelektwal at moral na minana mula sa maraming taon at henerasyon. Ang mga karumihang ito ay dapat sunugin sa apoy ng panibagong determinasyon at produktibong pagkilos. Sa pamamagitan ng nakabubuo na pamamaraang ito, ang tunay na nakatuong indibidwal ay maaaring maabot ang abot-tanaw .ng kalayaan at kalayaan

Paganahin ang walang hanggang kapangyarihan sa loob mo upang magampanan mo ang iyong prestihiyosong papel sa entablado ng buhay

Sa sandaling magsimulang sumamba ang isang tao sa mga ari-arian, pera, katanyagan, o anumang bagay bukod sa

Diyos, ang kalungkutan ang kanilang mararanasan. Ang mga taong nakatuon ang lahat ng kanilang atensyon sa mga bagay na ito ay sa katotohanan ay sumasamba sa mga ito, at samakatuwid ay hindi sila lumalapit sa Diyos kundi sa halip ay lumalayo sa Kanya. Ngunit ang mga nagninilay-nilay sa Diyos, nagmumuni-muni sa Kanya, at nakikipag-ugnayan sa Kanya sa kanilang mga puso ay lumalapit sa Kanya at nakakaranas ng panloob na kagalakan sa kanilang tahimik .na pakikipag-ugnayan sa Kanya

Ang Diyos lamang ang may kakayahang tuparin ang mga pangarap at pag-asa ng tao para sa pangmatagalang kaligayahan. Kaya naman, walang dapat hayaang pumalit sa .lugar ng Diyos sa puso

May mga sagradong simbolo na maaaring makatulong sa naghahanap na maalala ang Diyos at mapalapit sa Kanya.

Gayunpaman, kung ang isang tao ay magsisimulang sumamba sa mga simbolong ito, ang kanilang pinsala ay mas malaki kaysa sa kanilang benepisyo. Ang pagsamba ay dapat na idirekta lamang sa Diyos, dahil wala nang iba pang .karapat-dapat sambahin

Anuman ang uri ng ritwalistikong pagsamba, ito ay katanggap-tanggap sa Diyos hangga't isinasagawa ito ng sumasamba nang may espirituwal na kamalayan at pananabik sa Kanya. Gayunpaman, maraming tao ang hindi nakakaunawa sa diwa ng pagsamba, at ang kanilang mga iniisip at puso ay nalilihis mula sa Diyos patungo sa mga ritwal, kaya hindi gaanong nakikinabang sa kanilang .pagsamba

Hindi hinahayaan ng mga tunay na mananamba na ang kanilang kamalayan ay makulong sa anumang imahen o anyo, kundi nakatuon sila nang may pinakamalalim na pagmamahal at buong atensyon sa banal na espiritu sa likod .ng lahat ng imahen at anyo

Ang Diyos ay ganap at walang hanggan, at walang imahe o estatwa ang makapagpapatibay sa Kanya

Masasabing ang Diyos ay nagpapakita ng kanyang sarili sa bawat taong taos-pusong nagmamahal sa Kanya at nakikiisa sa Kanya, dahil Siya ay naroroon sa lahat ng dako at samakatuwid ay naroroon sa lahat. Gayunpaman, hindi lahat ay may kakayahang magpakita ng banal na presensya.

Ang araw ay pantay na sumisikat sa parehong karbon at diyamante, ngunit ang diyamante ay tumatanggap at ...sumasalamatin sa sikat ng araw, habang ang karbon ay hindi Gayundin, lahat ng tao ay nalubog sa liwanag ng Diyos, ngunit iilan lamang ang nakakatanggap ng liwanag na iyon at naipapakita ito sa kanilang mga iniisip at kilos. Upang magawa ito, dapat nilang linisin ang kanilang mga sarili sa pamamagitan ng pagmumuni-muni at pagsunod sa mga .banal na turo at utos

Kapag binibigkas natin ang pangalan ng Diyos, dapat tayong maging malalim at taos-puso sa ating sinasabi. Kung makikita mo ang iniisip ng mga tao habang nananalangin, makikita mo na karamihan ay iniisip ang lahat maliban sa Diyos, kahit na binibigkas nila ang Kanyang pangalan! Ang .ganitong panalangin ay walang bunga at walang saysay

Kapag tayo ay nananalangin, dapat nating sikaping ituon ang ating buong isipan sa Diyos, sa halip na paulit-ulit lamang ang Kanyang banal na pangalan habang hinahayaang gumala ang ating mga iniisip. Isa sa aking mga tiyahin ay madalas na binibigkas ang kanyang mga panalangin sa mga prayer beads, na bihirang matanggal sa kanyang kamay. Ngunit isang araw ay inamin niya sa akin na sa kabila ng pagsasagawa ng ganitong gawi sa panalangin sa loob ng apatnapung taon, hindi sinagot ng Diyos ang kanyang mga panalangin. Hindi nakakapagtaka! Ang kanyang mga "panalangin" ay wala kundi isang ugali ng .nerbiyos

Kapag tayo ay nananalangin, wala tayong dapat isipin kundi ang Diyos. Dapat nating sikaping maging taos-puso sa ating pagsamba at maging deboto sa ating mga

pagsusumamo. Ang paggamit ng mga prayer beads at patuloy na pagtawag sa pangalan ng Diyos ay lubos na katanggap-tanggap kapag ang gawain ay nagmumula sa puso at sinusupportahan ng katapatan at nakatutok na pag-iisip. Gayunpaman, ang gawaing ito ay maaaring maging .awtomatiko sa paglipas ng panahon

Dapat nating ibulong ang pangalan ng Diyos sa ating mga puso, nang may pananabik at banal na pag-ibig; ito ang tunay na pagsamba na umaantig sa puso ng Diyos. Ang pagbigkas ng pangalan ng Diyos nang may lamig at paggalagala ay kalapastanganan at kawalang-galang. Kapag ang isang tao ay nananalangin, ang puso at isipan ay dapat .mapuno ng pag-ibig ng Diyos

O Panginoon, Ikaw ang banal na Bituin sa Hilaga na siyang gumagabay sa aking mga pagala-gala sa magulong .dagat ng mga pagsubok at paghihirap

Ang pagsasanay sa konsentrasyon ng isip sa pamamagitan ng mas mataas na ehersisyo sa yoga ay nakakatulong upang mapalapit sa Diyos, ang sukdulang pinagmumulan ng karilagan at kaluwalhatian, tulad ng pagtulong nito na mag-isip tungkol sa Diyos at makipag- .ugnayan sa Kanya

Mahalagang maglaan ng isang araw sa isang linggo para sa espirituwal na pagreretiro (kung maaari) para sa pagmumuni-muni sa Diyos at upang maranasan ang katahimikan, kapayapaan, at panloob na kapayapaan. Ang oras na ginugol sa ganitong paraan ay magiging isang nakapapawi na balsamo para sa mga problema at pagkabalisa na iyong kinakaharap sa natitirang bahagi ng .linggo

Kailangang gumugol ang bawat isa ng isang araw bawat linggo sa pag-iisa o isang "espirituwal na pag-urong" upang pagalingin ang kanilang mga emosyonal na sugat at kirot. Kapag ang araw na iyon ay naging araw ng kapayapaan,

kagalakan, at kasiyahan, sabik mo itong hihintayin linggo-
.linggo

Ang pag-iisa ang halaga ng kadakilaan. Magugulat ka sa
mga kahanga-hangang resulta na makakamit para sa iyong
isip, katawan, at kaluluwa sa pamamagitan ng espirituwal na
pag-urong na ito at koneksyon sa iyong espiritu at sa Diyos.
Kung hinahangad mo ang tunay na kaligayahan, dapat mong
ilubog ang iyong sarili sa karagatan ng banal na kapayapaan
.sa madaling araw pagkagising, at bago rin matulog sa gabi

Ang mga pantas ng India ay hindi lamang nagpapayo ng
isang araw ng pag-iisa, kundi binibigyang-diin din ang
pangangailangan para sa tahimik na pagmumuni-muni sa
apat na partikular na oras bawat araw. Sa madaling araw,
bago bumangon at makipagkita sa kahit sino, dapat
tamasahin ang katahimikan at kapayapaan. Sa tanghali,
dapat pakalmahin ang isip bago mananghalian, at muling
tamasahin ang isang panahon ng kapayapaan bago
maghapunan. Panghuli, bago matulog sa gabi, dapat muling
.pumasok sa isang estado ng kapayapaan

Ang mga masigasig na nananatiling tahimik habang
nag-iisa at sa apat na araw na ito ay tiyak na makakaranas
ng pagkakaisa sa Diyos. Ang mga hindi kayang sundin ang
lahat ng mga panahong ito ay dapat maglaan ng kahit man
lang oras ng umaga at gabi para dito. Sa paggawa nito, ang
kanilang buhay ay mababago para sa ikabubuti, at
mararanasan nila ang tunay na kaligayahan; ang karanasan
.ang pinakamahusay na patunay

Kung patuloy kang magsusulat at pipirma ng mga tseke
nang hindi nagdedeposito ng sapat na pondo para
matustusan ang iyong bank account, mauubos ang iyong
pera. Ganito rin ang mangyayari sa iyong buhay. Kung
walang regular na pagdedeposito ng kapayapaan sa iyong
life account, mauubos ang iyong enerhiya, maglalaho ang
iyong katahimikan, at maglalaho ang iyong kaligayahan. Sa
madaling salita, sa kalaunan ay magdurusa ka sa

emosyonal, mental, pisikal, at espirituwal na pagkabangkarote. Ngunit ang malalim at pang-araw-araw na pagmumuni-muni sa Diyos ay magpapanumbalik sa iyong .emosyonal na account

Ang taimtim na naghahanap ay nagmumuni-muni araw-araw, nakikipag-ugnayan sa Diyos nang may buong pagmamahal at pananabik sa kanyang puso, nagsusumamo sa Kanya na ihayag ang Kanyang sarili. Kung ikaw ay isang umiibig sa Diyos at nananabik na maranasan ang Kanyang presensya, dapat mong ilubog ang iyong isip at katawan sa Kanyang kapayapaan, at ang buhay ay ngingiti sa iyo, at ang .iyong mga gawain ay bubuti sa maraming paraan

Ang isang mahinahong tao ay bihirang magkamali, at nagtatagumpay kung saan libu-libong iba pa ang nabibigo

Ang mga hindi nag-iisip tungkol sa Diyos o nagmamalasakit sa Kanya ay nagiging nalulumbay at miserable. Sila ay nagiging magagalitin at nagiging parang .mga makinang naglalakad

Ang araw ng karunungan at kapayapaan ay sisikat sa kalangitan ng katahimikan at paliligoin ang iyong pagkatao sa mga nakapagpapagaling na sinag nito hangga't gumagawa ka ng espirituwal na pagsisikap at inuuna ang .Diyos sa iyong puso

Isang buwan ang nagniningning nang mas maliwanag kaysa sa pinagsamang lahat ng mga bituin. Ang araw, na tila maliit, ay nagtataboy ng kadiliman mula sa isang lugar na milyun-milyong beses na mas malaki kaysa sa sarili nito. Gayundin, ang isang mabuting tao, sa pamamagitan lamang ng pag-iral sa mundo, ay naglalabas ng mga vibration na sumasalungat at nagpapawalang-bisa sa napakaraming .vibrations na inilalabas ng masasamang tao

Ang isang araw ng pagmumuni-muni ay dapat ding maging isang araw ng mental at pisikal na pahinga at ang paglinang ng panloob na kapayapaan. Anumang aktibidad

na nagbubunga ng karunungan at kapayapaan ay isang
.pinagpalang aktibidad sa araw na iyon
Tungkol naman sa paggalang sa mga magulang,
inirerekomenda ng mga banal na aklat ang mabuting
pakikitungo sa kanila: “Igalang mo ang iyong ama at ina” at
”“Maging mabait ka sa mga magulang
Dapat igalang ang mga magulang bilang kinatawan ng
Diyos, na nagkaloob sa kanila ng kaloob na lumikha sa
sangkatauhan. Ang ina ang sagisag ng dalisay na pag-ibig
ng Diyos, sapagkat ang isang mapagmahal na ina ay
nagpapatawad kung saan walang ibang magpapatawad. Ang
ama ang pagpapakita ng karunungan ng Diyos at ang
.tagapagtanggol ng Kanyang mga anak
Hindi dapat mahalin ng isang tao ang kanyang ama at
ina nang hiwalay sa Diyos, kundi bilang pagpapahayag ng
Kanyang mapagkalinga at matalinong pagmamahal, ang
kataas-taasang banal na espiritu ay nagiging ama at ina
upang tulungan ang anak; samakatuwid, dapat itong igalang
.sa mga magulang

Pinapayuhan din tayo ng mga banal na kasulatan na
huwag pumatay para lang pumatay, dahil kung gayon ang
isa ay magiging mamamatay-tao. Hindi dapat kumitil ng
buhay ang isang tao sa isang sandali ng matinding emosyon.
Gayunpaman, kung ang mga mahal sa buhay ay
pinagbabantaan, dapat lumaban ang isang tao upang
protektahan ang mga ipinagkatiwala ng Diyos sa kanila,
dahil isang sagradong tungkulin ang ipagtanggol ang
.pamilya at bansa

Tungkol sa pagbabawal sa pangangalunya, ang mainam
na layunin ng sekswal na pagsasama ay ang paglikha ng
mga batang nilikha ayon sa wangis ng Diyos at ang
pagpapahayag ng dalisay na pag-ibig na nararamdaman ng
mga mag-asawa na nakikita ang Diyos sa isa't isa. Ang mga
nabubuhay lamang sa pisikal na antas, nang walang
pagsasaalang-alang sa tunay na pag-ibig o sa mas mataas

na layunin kung bakit nilikha ang sekswal na pagnanasa, ay nangangalunya ayon sa utos na ito. Sa kasong ito, hindi sila naiiba sa mga hayop na nagbibigay-kasiyahan sa kanilang mga sekswal na pagnanasa at pagkatapos ay nagpapatuloy .sa kanilang landas

Nilikha ng Diyos ang malikhaing hangaring ito sa mga kalalakihan at kababaihan upang magkaanak at magpahayag ng tunay na pagmamahalan sa buhay may-asawa, at hindi ito dapat gamitin nang mali, bagkus ay .baguhin ito bilang isang sagradong gawain at kaalaman

Kung kaya mong kontrolin at ipamahagi ang kapangyarihang sekswal sa iyong pagkatao, makakabuo ka ng mahusay na mga kakayahan sa pag-iisip para sa pagsusulat, pagguhit, o para sa pagbubunyag ng mga nakatagong talento sa hindi mabilang na iba pang mga .paraan

At kapag sa wakas ay nakontrol mo na at espirituwal na nabago ang iyong malikhaing aktibidad, makakaranas ka ng malaking kapayapaan, dakilang pagmamahal, at lumalaking .espirituwal na kagalakan

Ang mga santo at mga pinunong espirituwal na nakapagpabago ng kanilang sekswal na aktibidad ay mga higitang may kakayahang magsagawa ng mga kamanghamangha at kahanga-hangang gawa sa mundo at sa .esoterikong paghahanap ng katotohanan

Kaya naman, ang pinakamataas na gamit ng sekswal na pagnanasa ay upang itaas ang kapangyarihan nito, ibig sabihin, upang idirekta ang enerhiya nito patungo sa isang mas mataas na layunin upang maipakita ang karunungan, matatayog na mithiin, at mga espirituwal na prinsipyo. Hindi dapat magtamo ng kasiyahan mula sa mga sekswal na kaisipan o magnais ng mga ipinagbabawal. Kapag nakamit ang ganitong uri ng pagpipigil sa sarili, magkakaroon ng maayos na pananaw ang isang tao sa pakikipagtalik at sa .mas mataas na layunin nito

Ang pagiging alipin sa mga bagay na sekswal ay nangangahulugan ng pagkawala ng kalusugan, pagpipigil sa sarili, at kapayapaang intelektwal, at sa madaling salita, lahat ng elemento ng kaligayahan na kailangan ng isang tao. Hinihimok din tayo ng mga banal na aklat na huwag magnakaw. Kung ang isang grupo ng isang libong tao ay magnakaw sa isa't isa, bawat isa ay magkakaroon ng 999 na kaaway. Samakatuwid, hindi dapat labagin ng isa ang mga karapatan ng iba, ni agawin ang kanilang lupain, kapayapaan, pag-ibig, dignidad, o alinman sa kanilang materyal o espirituwal na mga ari-arian. Kung hindi mo nararamdaman ang pagnanais na kunin ang hindi sa iyo, ang iyong kailangan o ninanais ay darating sa iyo. Ang pagnanakaw ay unang nagmumula sa isip kapag ang isang tao ay nagsimulang mainggit sa iba. Ang mga buto ng masasamang pagnanasa ay dapat bunutin mula sa isip. Ang espirituwal na altruismo ang paraan. Kung gayon, ang isang tao ay natural na makaakit ng kasaganaan, at ang mga pagpapala ay dadaloy sa kanila mula sa mga mapagkukunang alam nila at mga mapagkukunang hindi nila alam. Ito ay isang hindi nagkakamaling banal na batas. Para sa mga magnanakaw at makasariling tao, ginugugol nila ang kanilang buhay sa paghahabol sa mga materyal na ari-arian, ang kanilang mga mata ay palaging nasa kung ano ang mayroon ang iba, kahit na ang kanilang sariling kaban ay umaapaw sa ginto.

Maliban kung ang materyal na pagkamakasari ay iiwan, hindi malalaman ng mundo ang kaligayahan. Ang kaligayahan ay dumarating lamang sa pamamagitan ng espirituwal na kooperasyon. Dumarating ito kapag nararamdaman ng isang tao ang mga pangangailangan ng iba na parang sarili nila at gumagawa para sa iba tulad ng pagtatrabaho nila para sa kanilang sarili.

Ang isa pang mahalagang utos ay ang pag-iwas sa pagbibigay ng maling patotoo. Ang pananakit sa isang tao sa pamamagitan ng pagbaluktot sa katotohanan ay isa pang paraan upang masira ang pagkakasundo ng lipunan. Kung nais ng isang tao na tratuhin nang mabuti, dapat niyang tratuhin ang iba nang naaayon. Dapat palaging sabihin ang katotohanan, ngunit dapat gawin ang pagkakaiba sa pagitan ng pagsasabi ng katotohanan at pagsasabi lamang ng mga katotohanan. Ang pagtukoy sa isang tao bilang pilay o bulag ay nakakasakit at nakakapinsala; dapat isaalang-alang ng isang tao ang damdamin ng iba at iwasang mapahiya sila.

Gayundin, ang pagbubunyag ng isang katotohanan na magtataksil sa isang tao nang walang marangal na layunin ay mali rin. Sa kabilang banda, hindi dapat magsinungaling ang isang tao upang maiwasan ang pagsasabi ng katotohanan; sa halip, maaari siyang manatiling tahimik sa ilang mga sitwasyon upang maiwasan ang mapahiya o .makasakit sa iba

Dapat mag-ingat sa inggit, isang mapanirang sakit na sumisira sa kapayapaan ng kaluluwa. Habang lalo pang hinahangad ng isang tao ang pag-aari ng iba, lalo lamang lumalala ang kalungkutan at paghihirap. Ang taong mainggitin ay nabubuhay nang magulong, hindi kailanman nalalaman ang lasa ng katahimikan. Mas makabubuti para sa kanila na igalang ang kanilang sarili, umasa sa kanilang .sarili, at hanapin ang panloob na espirituwal na kayamanan. Ang dignidad at likas na halaga ng isang tao ay higit na dakila kaysa sa anumang bagay na maaari nilang ninanais o inaasam na angkinin. Ang Diyos ay nakikita sa bawat tao sa paraang hindi nakikita sa sinumang ibang tao. Ang kanilang mukha ay hindi katulad ng sa iba, at ang kanilang kaluluwa ay hindi katulad ng sa iba, sapagkat sa loob nila nakasalalay ang pinakadakilang kayamanan ng lahat ng nilikha—at ang .pinakadakilang kayamananang iyon ay ang Diyos

Nais naming magningning at umunlad ang aming buhay sa pamamagitan ng mabubuting gawa, maging mabango sa kagalakan at kaligayahan, at mabuhay magpakailanman sa .alaala ng mga taong nagpapahalaga sa amin

Kapag ang isang tao ay may tamang pananampalataya at kumikilos nang naaayon, siya ay mas masaya kaysa sa mga walang pananampalataya at hindi ginagampanan ang .kanilang mga tungkulin sa laban ng buhay

Ang matibay na pananampalataya at matuwid na pagkilos (na sinusupportahan ng mga marangal na motibo at mabubuting intensyon) ay laging naroroon saanman mayroong kaligayahan, at nawawala saanman wala ang kaligayahan. Mula rito, mahihinuha natin na ang mga ito ay dalawang mahahalagang kondisyon para sa kaligayahan, na hindi makakamit kung wala ang mga ito. Ang mga naghahangad ng kaligayahan ay kailangan lamang magtaglay ng dalawang pangunahing elementong ito, na .siyang mga pundasyon at haligi nito

Hindi kayang kontrolin, baguhin, o burahin ng mga tao ang walang katapusang mga bahagi ng sansinukob ayon sa gusto nila. Ang mga bahaging ito ay masalimuot na hinabi sa tela ng buhay ng tao, at hindi kayang gumana nang hiwalay sa mga ito. Gayunpaman, kayang kontrolin ng mga tao ang kanilang mga isipan upang umangkop sa mga bahaging ito .at maiwasan ang mapinsala ng mga ito

Mas masaya ang ating mga ninuno kaysa sa atin, hindi dahil mas marami silang taglay na makamundong bagay at kasiyahan kaysa sa atin ngayon, o dahil hindi sila gaanong nahaharap sa mga problema sa buhay, kundi dahil taglay nila ang sikolohikal na balanse na nagbigay sa kanila ng ginhawa, kapayapaan, kasiyahan, at sa madaling salita, .kaligayahan

Hindi sila umasa sa mga panlabas na pangyayari para sa kanilang kaligayahan, ni hindi sila sumuko sa mga panlabas na kalagayan na mag-aalis nito sa kanila. Ang kanilang mga damdamin ng ginhawa, kapayapaan, kaligayahan, at kasiyahan ay natural, normal, malusog, at pangmatagalan. Dapat din nating linangin ang mga damdaming ito kung nais nating magtaglay ng kaligayahan.
?At sino sa atin ang hindi

Ang kapalaran ay bunga ng nakaraang paggamit ng malayang pagpapasya o kalayaan sa pagpili. Sa pamamagitan ng ating mga nakaraang kasanayan sa malayang pagpapasya, tayo ang nagdala at patuloy na nagdadala sa ating sarili ng kapalaran at tadhana. Gayunpaman, hindi tayo nakatali sa nakaraan, ni hindi tayo habangbuhay na napipigilan ng mga bunga ng ating mga kilos. Maaari nating bawiin ang ating inihasik at burahin ang ating isinulat kung nais natin at magsisikap na itama ang .ating landas at pagbutihin ang kalidad ng ating ani Kung aalisin natin ang mga binhi ng mga kilos na may masasakit na bunga at itatanim sa lugar nito ang mga binhing mas angkop sa kalikasan ng kaluluwa, tiyak na aanihin natin ang mga bunga ng kaligayahan mula sa mabubuting binhing nahasik sa lupa ng kaluluwa. Dapat nating gamitin ang malayang pagpapasya ngayon, ngayon na, at hindi bukas, kung nais nating makamit ang higit na .kaligayahan o mabawasan ang pagdurusa at sakit Samakatuwid, ang mga kondisyon para sa kaligayahan ay nasa loob ng tao, at ang kailangan lang niyang gawin ay seryosong harapin ang ekwasyong iyon na hindi nagkakamali, at ang mga resulta ay magiging pabor sa kanya kung gagawin niya ang pinakamahusay na pagtatasa .at pagharap dito

O Panginoon, mapuno nawa ng Iyong sigla ang aking pagkatao, ng Iyong puso ng Iyong nakaaaliw at mahabagin na presensya, ng Iyong isipan ng Iyong karunungan, at ng .Iyong kaluluwa ng Iyong banal na kamalayan
Sa lupa ng inyong mga puso, tumutubo ang mga buto ng pag-ibig. Diligan ang mga butong iyon ng tubig ng .pangkalahatang pag-ibig at pangkalahatang habag
Walang limitasyon ang kapangyarihan ng isip at dahil dito, kung mag-iisip ka nang malalim tungkol sa anumang paksa, makukuha mo ang sagot sa anumang tanong na may .kaugnayan sa paksang iyon

Kung ang isang tao ay iniaalay ang lahat ng kanyang trabaho at mga aktibidad sa paglilingkod sa iba at nagagawa ang mga ito nang may kasiyahang pag-iisip, kung gayon siya .ay tunay na karapat-dapat sa konsiderasyon at pasasalamat
Hindi tayo dapat maging isang panig lamang. Sa halip, dapat nating balansehin ang ating mga gawain at unahin ang ating trabaho at mga tungkulin, ayon sa kahalagahan ng .bawat isa

Ang tungkulin ay ang kilos na ginagawa ng isang tao nang may kagalakan at hindi para sa materyal na pakinabang, at ang espirituwal at moral na tungkulin ay .dapat unahin sa buhay

Ang bawat tao ay may hindi pa nagagamit na potensyal.

Taglay nila ang lahat ng kinakailangang kalakasan. Ang isip mismo ay isang kataas-taasang kapangyarihan, at dapat itong palayain mula sa mga luma at mahigpit na gawi at .konsepto

Ang impluwensya ng mga planeta at bituin sa buhay ng tao ay sanhi ng mga puwersa ng atraksyon at pagtataboy sa .pagitan ng mga planeta at katawan ng tao

Ang masasamang kaisipan ay humahantong sa isang tao sa isang mapaminsalang kapaligiran kung saan maipapahayag nila ang kanilang mga sarili ayon sa kanilang mga naisin. Gayunpaman, maaaring baguhin ng isang tao

ang kanilang mga iniisip at kamalayan sa pamamagitan ng paghahangad, at dahil dito, ang kanilang kapaligiran. Kung ang isang tao ay mananatili sa isang mapaminsalang kapaligiran sa loob ng mahabang panahon, ang kapaligirang iyon ay magsisimulang makaimpluwensya sa kanila nang hindi namamalayan. Sa paglipas ng panahon, tuluyan silang nawawalan ng kanilang kalayaan na pumili ng isang malusog at kapaki-pakinabang na kapaligiran at nagiging biktima ng mga negatibong impluwensya ng mapaminsalang kapaligirang iyon. Sa kabilang banda, ang mga may malakas .na paghahangad ay naaayon sa Diyos

Konsentradong enerhiya ng isip

Kapag itinuon mo ang sikat ng araw sa pamamagitan ng magnifying glass sa isang maliit na punto, lumilikha ito ng init, at ang init na iyon ay maaaring magningas ng kahoy, tela, papel, at marami pang iba. Gayundin, kapag itinuon mo ang iyong isip nang tumpak, ang konsentradong enerhiya nito ay maaaring sumunog sa mga ugat ng pagdududa sa likod ng bawat pagkabigo at hayaang sumikat nang .maliwanag ang liwanag ng karunungan

Kapag ang isip ay nakahanay sa Diyos, ang pinagmumulan ng lahat ng kabutihan at ang pinagmulan ng lahat ng pinagpalang kapangyarihan, nalalaman nito ang banal na presensya at taglay ang lahat ng elemento ng tagumpay. Ang mga elementong ito ay malapit na nauugnay sa napakalaking kapangyarihan ng Diyos, na may kakayahang lumikha ng mga bagong pagkakataon para sa .tagumpay sa anumang larangan

Ang mga problema at kahirapan ay nagmumula sa kawalan ng kamalayan ng isang tao sa kanilang mga nakaraang kilos, na nagawa sa isang partikular na oras at lugar. Ang kanilang kasalukuyang pagdurusa ay nagmumula

sa mga kaisipan at gawa na kanilang binigkas, na nag-ugat sa lupa ng kanilang kamalayan, sumibol at naging isang halaman at namumunga na sumasalamín sa mismong mga .katangian ng mga kaisipan at kilos na iyon

Ang mga pagsubok at paghihirap ay hindi dumarating upang sumira ng isang tao o paralisahin ang kanilang kalooban, kundi upang tulungan silang pahalagahan ang kadakilaan ng Diyos at igalang ang Kanyang mga batas, kung saan makakamit nila ang tunay na kaligayahan. Hindi ipinapadala ng Diyos ang malupit na mga pagsubok na ito dahil pangunahing gawa ng tao ang mga ito. Ang kailangan lamang sa sangkatauhan ay gisingin ang kamalayan nito mula sa pagkakatulog ng kawalang-ingat at lumabas mula sa kadiliman ng kamangmangan patungo sa liwanag ng .kaalaman

Kadalasan, ang ating mga pandama ay nangangako sa atin ng panandaliang kasiyahan ngunit sa huli ay nagdudulot sa atin ng matagal na sakit at pagdurusa. Gayunpaman, ang tunay na kabutihan at kaligayahan ay kakaunti ang ipinapangako, ngunit sa huli ay nagbibigay sa atin ng dalisay at pangmatagalang kagalakan. Kaya naman itinuturing kong tunay na kagalakan ang panloob at pangmatagalang kaligayahan, at ang pansamantalang senswal na kasiyahan .ay mga kasiyahan lamang

Kapag tiningnan mo ang araw mula sa milyun-milyong milya ang layo sa kalawakan, ang napakalaking bituin na iyon ay tila mas maliit kaysa sa ating Daigdig. Gayunpaman, ang diyametro ng Daigdig ay humigit-kumulang 7,900 milya, habang ang diyametro ng Araw ay isang daang beses na mas malaki kaysa sa Daigdig. Kung mailalagay mo ang ating planetang Daigdig nang direkta sa

harap ng Araw, ito ay lilitaw bilang isang maliit na tuldok
.kumpara sa Araw
Ipagpalagay natin na ang makapangyarihang solar field
ay lumalawak at lumalawak hanggang sa lamunin ng
napakalaking masa nito ang buong asul na kalangitan. Ang
langit na nakikita natin ay isang maliit na bahagi lamang, sa
katunayan ay isang maliit na batik, ng espasyo na
.tumatagos sa walang katapusang uniberso
Kahit na patuloy na lumawak at umaabot ang araw sa
kalawakan nang walang hanggan, hindi pa rin nito kayang
.saklawin ang kawalang-hanggan
Ang kosmikong ilusyon ng kaliitan at kawalang-hanggan
ay naglilimita at pumipigil sa isip na maunawaan ang
.kosmikong kalawakan na iyon
Saan nagmula ang ganap na kawalan na ito, at nasaan
?ang mga hangganan nito
Siya na hindi sakop ng mga dimensyon o sukat, na
walang hangganan o pinagmulan, ay ang Diyos, na nasa
lahat ng dako at umiiral sa pinakamalayong bahagi ng
kalawakan. Siya ay nasa malalayong, liblib na mga bituin.
Tulad ng pagkakaroon nito sa loob mo at sa loob ko, may
kamalayan ito sa bawat espasyong sinasakop nito, gaano
.man ito kaliit o kalaki

Ang nakaraan ay hindi alam ng karamihan sa
sangkatauhan, maliban sa ilang piling naliwanagang
indibidwal. Gayunpaman, ang ating kamangmangan sa
nakaraan ay para rin sa ating kapakinabangan. Sapagkat
kung alam natin ang lahat ng ating nagawa sa buhay na ito
at sa mga nakaraang buhay, tayo ay mabibighani sa dami ng
ating mga kilos at lubos na malilito. Ang ating kalooban ay
maaaring maparalisa pa ng pagkabigla, na magiging dahilan
upang hindi natin maipagpatuloy ang ating mga hangarin at

iwan tayong biktima ng kawalan ng pag-asa. Kahit sa buhay na ito sa lupa, ang pagkalimot ay isang biyaya mula sa Diyos, na pumipigil sa ating mga iniisip at damdamin na lamunin ng mga alaala ng nakaraan, lalo na ang mga mapait at masasakit. Sa kabutihang palad, ang banal na kislap sa loob natin ay patuloy na nagniningning ng pag-asa at pagnanais na ipagpatuloy ang walang humpay na paglalakbay sa buhay. Dapat nating pasalamatang ang Diyos para sa dalawang biyayang ito: ang kakayahang kalimutan .ang nakaraan at ang pag-asa para sa hinaharap

Hindi natin dapat isipin na ang tadhana ay naglalagay ng mga balakid sa daan ng malayang pagpapasya. Gayunpaman, dapat nating gawin ang ating makakaya upang labanan ang mga negatibong impluwensya na iniuugnay ng karamihan sa tadhana at kapalaran, at gamitin ang ating kalayaan sa pagpili ayon sa ating panloob na paniniwala, sa kondisyon na ang mga paniniwalang ito ay batay sa matibay na pananampalataya at nakabatay sa mga banal na batas, na kung wala ito ay hindi matitikman ng .isang tao ang tunay na kaligayahan

Kapag tayo ay nagsisimula ng isang aksyon, hindi tayo dapat matakot sa mga hindi kanais-nais na pangyayari, bagkus ay maging optimistiko sa sukdulan, nang may lubos na pananampalataya na walang makakahadlang sa .paggamit ng ating kalooban at kalayaan sa pagpili

Ang mga tao ay kadalasang parang dahong lumulutang sa ibabaw ng ilog, at kailangan nilang hilahin ang kanilang mga sarili palabas sa agos ng mga awtomatikong gawi na nagdadala sa kanila patungo sa mga talon ng ilusyon at

pagkawasak. Karamihan sa mga tao ay tila walang pakialam .at hinahayaan ang kanilang mga sarili na tangayin ng agos

Kung mabigo tayong makamit ang ating layunin, katanggap-tanggap na hindi direktang kilalanin na may mga balakid na tayo mismo ang gumawa na pumigil sa atin na maabot ito. Dapat tayong magtiyaga at doblehin ang ating mga pagsisikap upang makamit ang ating ninanais na resulta. Dapat din nating tiyakin sa ating sarili na gaano man kalakas at kakila-kilabot ang mga balakid at hamon, mayroon pa rin tayong lakas upang malampasan ang mga ito. Kahit na mabigo tayo sa kabila ng lahat ng ating mga pagtatangka, hindi natin kailangang mawalan ng pag-asa o pagkabigo, hangga't nauunawaan natin na ang kalooban ng tao ay mas malakas kaysa sa tadhana, na tayo mismo ang gumawa. Samakatuwid, hindi tayo dapat tumigil sa pagsubok, gaano man karaming beses tayong mabigo, dahil laging may mga bukas na pinto. Kailangan lang nating patuloy na magsikap at ulit-ulitin ang pagtatangka hanggang sa ipagkaloob sa atin ang tagumpay. Tutulungan tayo ng Diyos hangga't umaasa tayo sa Kanya at magsisikap nang husto. [Ang sinumang lumalakad sa landas ay makakarating sa destinasyon, at ang sinumang nagtitiwala sa Diyos ay .hindi mabibigo]

Kapag ang isang tao ay nagnanais ng isang bagay nang matindi at patuloy, ang pagnanais na iyon ay hindi kailanman nawawala sa kanilang kamalayan, saanman sila magpunta at anuman ang kanilang mga pinagkakaabalahan. Sa pamamagitan ng palagian at walang sawang pagkilos nito, ang pagnanais na iyon ay nagtataglay ng napakalaking determinasyon at enerhiya. Ang panloob na bulong na ito ay mas makapangyarihan at mabisa kaysa sa mekanikal na pagsusumamo, na nagpapagalaw lamang sa mga labi.

Ganito kumikilos ang mga nagmamahal sa Diyos. Walang humpay nilang ibinubulong ang kanilang pagmamahal sa Kanya, ang kanilang taos-pusong mga bulong ay nananatiling hindi naririnig sa kanilang pang-araw-araw na gawain. Ang taos-pusong bulong na ito ay hindi nakakagambala sa kanila o sumasalungat sa kanilang iba pang mga tungkulin. Habang lumalaki ang kanilang pagnanais para sa Diyos, ang kanilang pagmamahal sa Kanya ay lumalalim at tumitindi, hanggang sa maranasan nila ang Kanyang presensya at makita ang Kanyang liwanag gamit ang mata ng kaluluwa. Nalalasahan nila ang labis na kagalakan at nakakaramdam ng kapayapaang hindi .mailalarawan

Ipinapadala sa atin ng Diyos ang mga aral na kailangan natin sa buhay upang makinabang tayo sa mga ito at magkaroon ng pag-unawa at karanasan. Sinumang umiwas sa mga aral na iyon ay mapipilitang matutunan ang mga ito .gaano man katagal

Ang bawat pagsubok ay isang kaibigan kung tayo ay natututo mula rito, at isang malupit na diktador kung ating sasayangin ang pagkakataon at gagamitin ito nang mali .nang may reklamo, hinanakit, at maling pagpapasya

Kapag mayroon tayong matibay na pang-unawa at tamang pananaw sa buhay, ito ay nagiging maganda at .walang komplikasyon

-

Ang isang tao ay hindi maaaring manatiling habang-buhay na nadadala sa mga alon ng kagalakan, nakalubog sa magulong tubig ng kalungkutan, o nalulunod sa kaibuturan ng pagkabagot. Sa mundong ito ng magkakasalungat na mga dualidad, ang karaniwang tao ay napapailalim sa mga pagtaas at pagbaba—pag-angat sa mga alon ng kaligayahan, paglubog sa kailaliman ng kawalang-interes, at paghampas-hampas ng nagngangalit na mga alon ng kalungkutan—bihirang makaranas ng anumang iba pang estado ng kamalayan.

Ang pagpapahintulot sa mga pangyayari na impluwensyahan ang mga iniisip ng isang tao sa ganitong paraan ay nangangahulugan ng pagsuko ng sarili sa isang pabago-bago at pabago-bagong kapalaran. Ang kailangan ng isang tao upang mabuhay nang matagumpay at kasiya-siya ay ang balanseng pangkaisipan, at ito ay makakamit lamang sa pamamagitan ng nakatuong pag-iisip at kontrol sa mga emosyonal na kakayahan ng isang tao.

Kahit ang pinakamatinding kalungkutan ay naghihilom sa paglipas ng panahon, kaya walang saysay na isipin pa ang kalungkutan araw-araw sa ating buhay. Ang patuloy na pagdadalamhati sa pagkawala ng isang mahal sa buhay ay hindi nakakatulong sa kanila o sa atin, at wala itong binabago. Gayundin, ang paglinang ng isang inferiority complex o pagpaparusa sa sarili para sa mga nakaraang pagkakamali o pagkabigo ay kontra-produktibo; ginagawa lamang nitong miserable ang buhay at sinasakal ang mga kakayahan sa pag-iisip.

Hindi natin dapat hayaang mahulog tayo sa hukay ng nakakabagot na gawain, dahil iyon ay isang sikolohikal na kalagayan na malayo sa komportable, dahil ginugulo nito ang isipan at sinusunog ang mga nakatagong kakayahan sa .pugon ng kawalang-interes

Ang pagkabigo ay dapat lipulin mula sa ugat nito, at ang mga bukid ng buhay ay dapat araruhin nang may kasipagan at determinasyon at itanim ng mga binhi ng kabutihan .upang umani ng masaganang ani, sa tulong ng Diyos Gumawa ng isang bagay na hindi pa nagagawa ninuman —isang bagay na hahanga sa mundo. Ipakita na ang malikhaing kapangyarihan ng Diyos ay gumagana sa .pamamagitan mo

Ang mga taong may mahinahon at marangal na ugali ay nakakatulong na gawing kaakit-akit at malusog ang ating mga kaisipan. Hindi mahirap matukoy kung ang isang tao ay kumukuha ng kanilang intelektuwal na sustansya mula sa isang mapayapa o nakakagambalang kapaligiran. Ang pagkabalisa, pagkabalisa, at kalituhan ay pawang nagmumula sa pakikisalamuha sa maling uri ng tao, maging sa mga kaibigan o kamag-anak, na humahantong sa mga .balisa at magulong kalooban

Ang katawan ay kumukuha ng enerhiya at aktibidad mula sa mga pisikal na pagkain, habang ang mga magnetikong pagkain ay nagbibigay sa katawan at isipan ng mga karga ng enerhiya na mas madaling tunawin kaysa sa

mga solid at likidong pagkain na hindi madaling ma-convert
.sa buhay na enerhiya

Kapag nagagawa mong baguhin ang kamangmangan tungo sa karunungan, ang kahinaan at karupukan tungo sa kalusugan at sigla, at lumakad nang may kumpiyansa at matapang—kahit mag-isa—sa mga landas ng buhay, at makatagpo ng panloob na kagalakan sa pagkakaroon ng isang buhay at mapagbantay na konsensya, at matibay na pananampalataya sa katarungan ng Diyos at sa tagumpay ng tama laban sa mali at katotohanan laban sa ilusyon, at kapag sinisikap mong araw-araw na itaas ang iyong mga iniisip sa mas mataas at mas pinong antas, at magkaroon ng isang mapagmahal at nagpapasalamat na puso at mabuting intensyon sa iba, ang iyong intelektuwal na pagpapakain ay magiging magnetiko, at maaakit mo sa iyong sarili ang lahat ng maganda at kapaki-pakinabang—mga bagay, tao, at mga pangyayari—na mahalaga para sa pagpapatuloy ng iyong paglalakbay patungo sa mga baybayin ng seguridad at kaligtasan. At panghuli, kapag nagsikap kang makamit ang iyong mga kailangan at kuntento sa kung ano ang ibinibigay ng Diyos, ikaw ay magiging mas mayaman sa espiritu at mas nasisiyahan kaysa sa mga nalululong sa mga makamundong .pagnanasa at sakim sa mga panandaliang kasiyahan nito

Ang habag ang tulay na nag-uugnay sa bawat kaluluwa sa iba pang mga kaluluwa. Ang habag ang daan patungo sa .bawat puso

Kapag hinahanap ng isang tao ang Diyos, na siyang tanging tunay na kaibigan na higit sa lahat, nagiging posible ang pagtatatag ng tunay na pagkakaibigan sa lahat ng ugnayan ng tao—pamilya, kapatid, mag-asawa, at

espirituwal. Ang pagkakaibigan ay isang mahalagang elemento sa mga ugnayan ng mag-asawa, at ang intelektwal at emosyonal na pagiging malapit, ang pakiramdam ng espirituwal na atraksyon, at tunay na pagmamahal ang dapat na maging prayoridad. Ang mga hindi nakakakilala sa pagkakaiba ng tunay na pag-ibig at pisikal na atraksyon ay .paulit-ulit na nabibigo

Kapag ang kasal ay itinatag sa matataas na mithiin at paggalang sa isa't isa, ito ay nagiging isang masaya at matagumpay na pagsasama sa pagitan ng dalawang mapagmahal at nagtutulungang kaluluwa na nagpapagaan sa mga pasanin ng buhay ng isa't isa at nag-aalis ng mga alalahanin ng pamumuhay nang may empatiya at .palakaibigang pag-unawa

Walang sinuman ang makakakontrol sa akin o makakaagaw sa aking kalooban maliban kung hahayaan .kong maimpluwensyahan ako ng mga iniisip at kilos ng iba Kung ililimitahan mo ang iyong pag-iisip sa materya, makikita mo ang lahat mula sa materyal na pananaw. Ngunit kapag itinaas mo ang iyong kamalayan sa isang estado ng espirituwal na kamalayan, makikita mo ang laganap na agos ng liwanag ng Diyos na dumadaloy nang lampas sa lahat ng materya, at makikita mo ang lahat mula sa espirituwal na .pananaw

Panginoon, napagtanto kong mayroon akong walang katapusang pagkakataon upang tuklasin ang aking mga kakayahan at tuklasin ang aking espirituwal na potensyal. Ngayon, pupunuin ko ang aking mga iniisip ng optimismo at ihihiwalay ang aking sarili mula sa mga hindi kanais-nais na karanasan. Magsasagawa ako ng mga bagay na

magpapalusog sa aking katawan, isip, at espiritu sa isang
.balanse at maayos na paraan

Papalitan ko ang mga materyal na kalakip ng mas
matataas na mithiin
At aking mapagtatanto na ang tapat na espiritu ay
laging kasama ko

Ang sayaw ng buhay at kamatayan ay laging naroroon,
ngunit palalayain ko ang aking sarili magpakailanman sa
pamamagitan ng pagliligtas sa aking espirituwal na
pagkakakilanlan. At kapag naharap ko ang mga bagyo ng
mga pagsubok at paghihirap, maglalayag ako sakay ng
aking espirituwal na bangka patawid sa dagat ng buhay
.patungo sa ligtas at banal na mga baybayin

Kapag ako ay gumagawa at lumilikha, maaalala ko na
ang Diyos ay gumagawa sa pamamagitan ko. Siya ang
Panginoon ng sansinukob, at maaari akong kumonekta sa
Kanya sa pamamagitan ng malalim na pagninilay-nilay sa
.Kanya

Mahal kong Diyos, natatanto ko na ang aking mga iniisip
ay magdudulot sa akin ng kabiguan o tagumpay, depende sa
kung aling ideya ang pinakamalakas sa aking buhay. At
susubukan kong tandaan na inilalahad Mo ang Iyong kamay
na tumutulong at inihahanda ang daan para sa aking
.tagumpay

Kapag dumarating sa akin ang mga kalamidad at
kasawian, iipon ko ang aking lakas at palalakasin ang aking

determinasyon na malampasan ang mga ito. Magiging tapat
at tapat ako sa aking pakikitungo sa lahat, at
magpapalaganap ako ng mga kaisipan ng pagmamahal at
mabubuting hangarin. Pagkatapos, tutulungan ako ng Diyos
.gamit ang Kanyang kapangyarihan at karunungan

Mga sakit na espirituwal at ang kanilang paggamot
Guro Paramhansa Yogananda

Subukang isipin ang isang grupo ng mga pigura ng tao
:na hindi proporsyonal at hindi magkakasundo
Isa na may maliit na ulo na kasinlaki ng chickpea at
!malaking katawan na kasinlaki ng kamelyo
Ang isa pa ay may makapangyarihang kamay na parang
kamay ni Samson o ni Hercules at katawan na parang
!katawan ng isang duwende
At ang pangatlo ay may ulo ng isang malaking elepante
!at katawan ng isang payat na daga
Hindi ba't magiging kagulat-gulat at kamangha-mangha
sa iyo ang tagpong iyon, o malungkot at
nakapanghihinayang, kung bigla kang makakita ng isang
pulutong ng mga nilalang na iyon na may kakaiba at hindi
?magkakatatugmang komposisyon
Ngayon, isipin ang isa pang grupo ng mga tao na normal
ang pangangatawan at hitsura, ngunit may diperensya sa
.pag-iisip at sikolohikal na kapansanan
Kung paanong itinatago ng mga damit ang mga sugat,
sugat, at iba pang pisikal na kapansanan, gayundin ang
isang malakas at malusog na katawan at isang maganda at
maningning na mukha ay nagtatago ng maraming
.malulubhang sakit sa pag-iisip at mga depekto sa pagsilang
Kung makakasalubong ka ng isang malaking grupo ng
mga ordinaryong tao na nakikilala sa kanilang eleganteng
anyo at mabuting kalusugan, at kung maarok mo ang

kanilang mga katawang pangkaisipan gamit ang iyong
espirituwal na paningin, ang sorpresa ay magiging
kamangha-mangha, at maaaring malulungkot ka nang husto
.sa iyong matutuklasan

Maaari mong obserbahan ang kanilang mga katawang
:pangkaisipan tulad ng sumusunod

Ang isip ay kinakatawan ng ulo, ang mga pandama at
damdamin ng katawan, at ang kalooban ng mga kamay at
.paa na pawang abnormal, may sakit, at may kapansanan

Matutuklasan mo na ang ilan ay may maliit na ulo na
may hindi pa ganap na karunungan, nakasakay sa isang
malambot na katawan na namamaga sa makasariling mga
.ambisyon at malibog na mga pagnanasa

Matutuklasan mo rin na ang ilang mga tao ay may
katawan na walang pakiramdam at sigla, kahit na mayroon
.silang lubos na maunlad at gumaganang braso

Ang iba ay maaaring nagtataglay ng malaki at
malikhaing utak, ngunit ang kanilang empatiya at emosyonal
na kapasidad ay nababawasan at humihina. At may isa pang
kategorya ng mga taong may normal na pisikal at mental na
kalagayan, ngunit ang kanilang determinasyon at pagpipigil
.sa sarili ay mahina o paralisado

At ang listahan ng mga obserbasyon ay magpapatuloy

!nang magpapatuloy. Nawa'y mabuhay ka nang matagal

Ang napakaraming sikolohikal na pagbaluktot sa mga

katawang pangkaisipan na hindi pa lubos na nauunlad sa

ilang aspeto at labis na nauunlad sa iba ay tunay ngang

naroroon – bagama't nakatago – sa mga tao. Nagdudulot ang

mga ito ng sakit sa sikolohikal at pumipigil sa kanila na

ipakita ang kanilang mga talento at kakayahan gaya ng

.dapat nilang ipakita

Ang pagtugon sa ilang mga sakit sa sikolohikal dito ay

maaaring makatulong upang matukoy ang mga

pinagbabatayang sanhi ng lahat ng problema ng tao, upang

ang mga ito ay maging kilala kahit man lang ng lahat ng

dumaranas nito, kahit na hindi namamalayan, upang maunawaan nila ang katangian ng mga depektong iyon, ang kanilang mga sintomas, at ang kanilang tahimik na pagtagos sa isipan, upang maiwasan nila ang kanilang unti-unting .pagkawasak ng kapayapaan at kaligayahan espirituwal na kalungkutan

Ang sakit na ito ay laganap sa mga taong hindi aktibo sa intelektwal at pisikal na aspeto sa pagkukunwaring labis na nahuhumaling sa mga espirituwal na bagay. Ang mga taong ito na may ganitong karamdaman ay nagpapabaya sa mga pangunahin at maliliit na tungkulin ng materyal na buhay sa pagkukunwari ng paglilingkod sa Diyos, sa gayon ay binubuksan ang kanilang sarili kay Satanas, na maaaring magdulot ng malubhang pinsala sa kanila. Nagdurusa sila sa pesimismo at kawalan ng pagpapahalaga sa anumang kapaki-pakinabang o maganda sa kanilang paligid. Ito ay isang nakakahawang sakit, at lahat ng may espirituwal na mithiin ay dapat maging maingat dito at palayain ang kanilang sarili mula rito sa pamamagitan ng patuloy na pagpapanatili ng kanilang sigla at malakas na kaligtasan sa sakit sa pamamagitan ng positibong pag-iisip, optimistikong .pananaw, at malusog at produktibong gawain espirituwal na hindi pagkatunaw ng pagkain

Nangyayari ito bilang resulta ng biglaan (kalabisan), ibig sabihin, ang mabilis na paglunok ng malalaking dami ng mga handa nang gamot na psychotropic na nakarehistro sa ilalim ng mga magarbong pangalan, at inihaharap sa anyo ng mga pekeng aklat at aralin sa espirituwal ng mga "doktor sa espirituwal" na may karanasan sa sining ng panlilinlang at .pangkukulam

Ang sakit na ito ay hindi lamang pumapatay sa espirituwal na pagkauhaw na malaman ang katotohanan, kundi sinisira rin nito ang kakayahang makilala ang mabuti .at masama, ang kapaki-pakinabang at nakakapinsala

Siya na patuloy na lumalamon sa mga ideyang teolohikal at kumakain sa lahat ng bagay na mapupunta sa kanyang mga kamay ay hindi lamang kakain nang labis kundi kakain din ng mga nakalalasong ideya kasama ng mga kapaki-pakinabang na ideya, na magdudulot sa kanyang sarili ng intelektwal na hindi pagkatunaw ng pagkain at sa .gayon ay mabagal na espirituwal na kamatayan

Ang labis at patuloy na pag-aaral ng iba't ibang espirituwal at pilosopikal na ideya, nang walang pag-unawa o pagsisikap na unawain at suriin ang mga ito sa pamamagitan ng personal na karanasan upang matiyak ang kanilang bisa, ay sa huli ay lumilikha ng pagdududa, kawalang-interes, at kawalan ng tiwala sa lahat ng .espirituwal na prinsipyo at batas

Pagkahilig at obsesyon

Ang mga taong may sakit na ito ay nabubuhay nang nasasayang at walang kabuluhan dahil sa labis nilang pera at oras, at dahil kulang sila sa layunin at wastong pag-unawa .sa buhay

Ang mga taong ito ay hinihimok ng kanilang mga pagnanasa; ginagawa nila ang anumang naiisip at nakalulugod sa kanila. Pinupuno nila ang kanilang buhay ng mga mura at walang kwentang nobela, mga sensasyonal na pelikula, at mababaw at walang saysay na libangan. Hindi nila namamalayan na sila ay dinadapuan ng mapanganib na sakit na ito hanggang sa makaranas sila ng matinding pagkabigla o nervous breakdown—ibig sabihin, pagkatapos .magawa ang pinsala lamig ng isip

Ang kondisyong ito ay may ibang pangalan: kawalan ng pag-asa. Hindi alam ng isang tao kung kailan ito tatama at magdurusa sa mga nakababahalang sintomas nito, tulad ng kawalan ng pag-asa, kawalan ng kakayahang magparaya, pagkabalisa, at pagkainip. Mas malala pa, kadalasan itong tumatagal, at ang mga biktima nito ay madalas na madaling

bumalik sa dati, kahit na naniniwala silang mabilis silang
.nakabawi

Sikolohikal na sipon

Ang sakit na ito ay sanhi ng pag-iisip ng mga talamak na
makamundong alalahanin. Ang mga dumaranas nito ay
karaniwang nakakaligtaan ang paggamit ng sandata ng
kanilang lakas ng loob at sa gayon ay pasibo at
mapagpakumbabang sumusuko sa kanilang patuloy na mga
takot sa halip na harapin ang mga ito nang buong tapang at
.alisin ang mga ito sa kanilang pagkabata
abnormal na sikolohikal na pagkakabit

Ang mga biktima ng sakit na ito ay nagiging isang panig
lamang sa kanilang paghahangad ng kaligayahan. Sa
paniniwalang ang kaligayahan ay nakasalalay sa pag-iipon
ng kayamanan, pagkamit ng katanyagan, o pagkakaroon ng
kalusugan o kapangyarihan, isinasakripisyo nila ang lahat—
kalusugan, mabuting reputasyon, kapayapaan ng isip,
karangalan, at dignidad—sa altar ng kanilang nag-aalab na
ambisyon. Huli na, napagtanto nila na tanging ang isang
balanseng buhay lamang, isa na gumagalang sa mga batas
ng kalikasan at sa mga tuntunin ng Diyos, at nag-aayon sa
aktibidad sa katahimikan, ang makapagdudulot ng tunay na
kaligayahan at matutupad ang layunin ng isang marangal na
.buhay

Ang mga dumaranas ng hindi malusog na mga sakit sa
pagkabit ay nalululong sa mga kaisipan ng walang pigil na
pananabik, na humahantong sa isang baluktot at pilipit na
pananaw sa buhay. Halimbawa, isang negosyante ang
nakamit ang malaking tagumpay at nagkamal ng
kayamanan, ngunit bago pa niya nasiyahan ang kanyang
kayamanan, dumanas siya ng nervous breakdown dahil sa
labis na pag-aalala at takot, at namatay na puno ng
.dalamhati

Naniniwala ang iba na ang lahat ay pinahihintulutan
upang makamit ang layunin. Dahil sa kalituhang ito,

nawawala sa kanila ang kanilang tunay na layunin at hindi nila nakakamit kahit ang pinakamaliit na kasiyahan, kahit na taglay nila ang mga bagay na kanilang inaasam, dahil ang kalikasan ng tao ay malawak at maraming aspeto at nangangailangan ng balanseng pag-unlad sa lahat ng antas

Bulag na espirituwal na pagkapit

Ang kakaibang panatisismo na ito para sa ilang paniniwala ay nagmumula sa pagkapit sa mga partikular na opinyon at ideya nang walang pagtatanong o pagsusuri sa mga ito, kaya lumilikha sa mga taong may ganitong karamdaman ng galit at poot laban sa anumang mabuting espirituwal na ideya o bukas at malayang kaisipan. Ang pag-iisa na ito ay humahantong sa paghihimagsik laban sa mga batas ng Diyos, na makikita sa kahusayan sa intelektwal, materyal na kagalingan, kalusugan ng isip at pisikal, at pagmamahal at paggalang sa mga tao ng lahat ng pinagmulan

Pagtatanim ng mga espirituwal na prinsipyo

Dahil ang mga pisikal na karamdaman ay nahahawakan, masakit, at hindi kanais-nais, hinihikayat tayo ng mga ito na aktibong labanan ang mga ito, na humahantong sa atin na subukang malampasan ang mga ito sa pamamagitan ng iba't ibang mga pamamaraan ng therapeutic, mula sa ehersisyo at malusog na nutrisyon hanggang sa iba't ibang mga gamot at droga. Gayunpaman, ang mga sakit sa sikolohikal, sa kabila ng pagiging ugat ng lahat ng sakit at takot ng tao, ay hindi napipigilan o ginagamot nang may sapat na pagmamadali, at pinapayagang magdulot ng pinsala at pagkawasak sa ating buhay

Ang mga tagapagturo, guro ng edukasyong pisikal, mangangaral, repormista, manggagamot, at mambabatas ay makakapagsulong ng pag-unlad kapag una silang natuto, simula sa kanilang sarili, at pagkatapos ay magturo sa iba ng

mga tamang paraan upang malinang ang kalikasan ng tao sa isang balanse at maayos na paraan, alinsunod sa mga batas ng buhay at mga prinsipyo ng isang malusog na pamumuhay. Ito ang tunay na mabisang edukasyon at komprehensibong kultura ng tao na kailangan ng mga tao sa .lahat ng dako ng mundo

Itinuturing ng mga institusyong pang-edukasyon na imposibleng ituro ang mga pangunahing espirituwalidad sa mga pampublikong paaralan dahil sa nakikitang kalituhan sa pagitan ng mga prinsipyong ito at iba't ibang doktrinang pangrelihiyon. Gayunpaman, kung ang mga institusyong ito ay nakatuon sa mga pangkalahatang prinsipyo ng kapayapaan, pagmamahal, paglilingkod, pananampalataya, pagiging bukas ang isipan, at pagtanggap sa iba—na matatag na itinatag na mga espirituwal na prinsipyo—at bumuo ng mga praktikal na pamamaraan para sa pagkikintal ng mga prinsipyong ito sa matabang lupa ng isipan at kaluluwa ng mga bata, makakahanap ng isang makatwiran at katanggap-tanggap na solusyon sa inaakala at inaakala na kahirapang ito. Isang malaking pagkakamali na balewalain ang isyung ito dahil lamang sa mga maliwanag .na kahirapang kaugnay nito

Karamihan sa mga nagtapos sa kolehiyo ay umaalis sa unibersidad na ang kanilang mga ulo ay mabigat at namamaga dahil sa mga nilalaman ng mga libro kaya halos hindi na nila matahasan ang mga landas ng buhay, dahil ang kanilang determinasyon at pagpipigil sa sarili ay halos naparalisa ng kapabayaang hindi paggamit. Kaya naman, nakikita mo silang kumikilos nang pabaya at lumalala, sumusugod sa kailaliman ng hindi pantay na pagsasama, maling paggamit ng kanilang sekswalidad, paghabol sa pera, at nabibigo sa kanilang mga karera dahil hindi nila natutunan kung paano wastong gamitin ang matalas na kutsilyo ng kanilang hinasa sa akademya. Bilang resulta,

hinihiwa nila ang kanilang sarili at nagdudulot ng pinsala sa
.kanilang sarili

Kakatwa, maraming kabataan ang tila nasisiyahan sa mga aktibidad na sa huli ay nagdudulot sa kanila ng pinsala at sakit. Ang ilan ay nagnanakaw at gumagawa ng iba pang mga pagkakamali, maging ng mga kriminal na gawain, nang walang anumang pagpipigil o panghihikayat. Ang mga hindi napipigilan ang pagkalat ng bisyo sa lipunan ay naghihikayat sa maling pag-uugali ng ilan. Ang bawat taong may konsensya at tunay na pananampalataya ay dapat maging isang mabuting halimbawa sa iba sa mga tuntunin ng integridad, katapatan, dignidad, at respeto sa sarili. Ang mga paaralan, kolehiyo, unibersidad, at mga institusyong panlipunan ay hindi nagbibigay ng sapat na siyentipikong pamamaraan upang mabawasan ang krimen sa pamamagitan ng pagtugon sa mga ugat nito, na .pangunahing matatagpuan sa isipan

Dapat ding itatag ang mga espesyal na paaralan upang ituro ang sining ng isang masaya at matagumpay na buhay, upang mapaunlad ang potensyal ng isang tao at mapahusay .ang sariling kakayahan

Ang mga paaralang ito ay magiging parang mga hardin at parke kung saan lumalaki at umuunlad ang mga batang isipan. Ang mga tagapagturo ay dapat na maingat na piliin at tiyaking mayroong kooperasyon ng mga magulang at komunidad. Ang mga paaralang ito ay makakatulong sa paghubog ng mga indibidwal nang mas epektibo. Dapat tandaan na ang espirituwal na pagkain ng isang tao sa kanilang mga unang yugto ay tumutukoy sa kanilang .kalusugan at kakayahang lumago sa hinaharap

Ang mga pamamaraan ng pagsasanay sa pag-iisip at pisikal na ginagamit sa mga modernong paaralan ay walang alinlangang kapaki-pakinabang, ngunit kulang ang mga ito sa espirituwal na pundasyon. Kung walang pag-unlad ng

mabuting pagkatao, ang paglago ay hindi magiging
.kumpleto

Ang mga agham ng pisikal, mental, at espirituwal na
pag-unlad ay dapat ituro sa mga kabataan na ang mga isip
ay malambot at nababaluktot pa at ang mga kapangyarihan
.ay hindi pa nagagamit sa ilang partikular na paraan
Pagkatapos ng komprehensibong pagsasanay, ang mga
mag-aaral ng mga paaralang iyon ay dapat sumailalim sa
patuloy na mapanuring pagsusulit, at ang mga sertipikong
makukuha ay mabuting kalusugan, mabuting reputasyon,
kahusayan, materyal at espirituwal na kayamanan,
.kaligayahan, tagumpay, at tiwala sa sarili

Ang mga resulta ng pangwakas na pagsusulit sa
pagtatapos ng paglalakbay na ito sa lupa ay matutukoy ayon
sa kabuuang kabuuan ng mga nakamit sa pag-iisip at
espirituwal at mga sertipiko na nakuha sa mga sub-
.pagsusulit sa buong buhay

Ang mga magtatagumpay sa huling at pinakadakilang
pagsubok na ito ay tatanggap ng isang sagradong sertipiko
ng kasarinlan at isang malaya, dalisay, at masayang
.konsensya

At mga pagpapalang nakaukit magpakailanman sa
pahina ng kaluluwa
Ang pambihirang premyong ito ay hindi mapapalitan ng
mga gamu-gamo
At hindi ito maaabot ng mga kamay ng mga
magnanakaw

O kaya'y buburahin ito ng panahon
Ito ay magsisilbing pasaporte
Para sa honorary membership sa Righteous Group

Saan nakasalalay ang kaligayahan?

Ang Diyos, sa Kanyang lubos na awa, ay ipinagkakaloob sa atin ang Kanyang kagalakan at inspirasyon

At nagbibigay ito sa atin ng totoong buhay

Tunay na karunungan

At tunay na kaligayahan

Ang tunay na pag-unawa ay nagmumula sa lahat ng iba't ibang karanasan sa ating buhay

Ngunit ang kaluwalhatian ng Diyos ay nahahayag lamang sa espirituwal na kapayapaang nararanasan ng kaluluwa at sa taimtim na pagtatangka ng isipan na makiisa sa Kanya. Doon, tayo ay nakaharap nang harapan sa katotohanan. Sa labas, ang mga ilusyon ay napakalakas, at kakaunti lamang ang makakatakas sa impluwensya ng panlabas na kapaligiran. Ang mundo ay nagpapatuloy sa walang katapusang kasalimuotan at hindi mabilang na mga pagsubok. Ang tinig ng Diyos ay nasa likod ng mga anyo ng buhay, patuloy na tumatawag sa atin at nagsasalita sa atin mula sa mga bulaklak, banal na kasulatan, ating mga konsensya, at sa pamamagitan ng lahat ng magagandang bagay na nagpapahalaga sa buhay.

Habang mas nakatuon tayo sa mga panlabas na bagay, mas kaunti ang ating mararanasan na panloob na kaluwalhatian; at habang mas bumabaling tayo sa loob, mas kaunti ang mga panlabas na paghihirap na ating kinakaharap. Ito ay isang palaging ekwasyon. Ngunit karamihan sa mga tao ay hindi natatanto ang katotohanang ito dahil sa impluwensya ng makamundong pakikisama, ang lipunang kanilang ginagalawan, at mga hindi malusog na gawi. Ang lipunan ay nagpapanatili sa isang tao na nakalubog at abala sa mga mababaw na bagay, na pumipigil sa kanila na pagnilayan ang mas malalalim na katotohanan.

Kahit ang mga espirituwal na lugar ay binibisita ng ilan nang walang tunay na pagnanais na makinabang mula sa kanilang pinagpalang kapaligiran, kaya wala silang natututunan mula sa mga pagbisitang iyon.

Sinumang nagnanais na makita ang Diyos ay matatagpuan Siya sa lahat ng dako. Ang mga ugali ng tao ay mapanira, mandaragit, at gutom na gutom; sinisira, sinisira, at winawasak ng mga ito. Panahon na para matutunan ng sangkatauhan kung paano maging masaya at makuntento sa kung anong mayroon ito. Hindi tayo dapat maghangad ng higit pa sa dumarating sa atin. Ang Diyos ay mapagbigay; Alam Niya ang ating kailangan at ibinibigay ito sa takdang panahon. Hindi ito nangangahulugan na dapat tayong umasa sa Diyos nang walang pagsisikap. Hindi talaga. Nangangahulugan ito na dapat nating gawin ang ating bahagi sa abot ng ating makakaya at iwanan ang iba sa Diyos, na hindi kailanman mag-aalis sa atin ng ating kailangan at nararapat.

Ang pinakamahusay na paraan upang maging maligaya magpakailanman ay ang madama ang presensya ng Diyos. Ang ating pinakamataas na hangarin ay ang makilala ang Diyos at ang magpasiyang makasama Siya. Ang Diyos ang dapat unahin at pangunahin sa ating mga iniisip at nararamdaman, at dapat natin Siyang ituring na pinakamalakas at pinakamatatag na haligi sa ating buhay.

(Kaya't kumapit nang mahigpit sa lubid ng Diyos, na nagpapakupkop sa Kanya)

Sapagkat siya ang haligi kung sakaling mabigo ang lahat ng iba pang haligi

Napagtanto ko na ang tanging layunin ng buhay ay ang makilala ang Diyos. May mga taong maaaring hindi kumbinsido na ang paghahanap sa Diyos ang sukdulang layunin ng buhay. Ngunit walang sinuman ang maaaring tumanggi na ang layunin ng buhay ay ang makahanap ng kaligayahan. At sinasabi ko nang may lubos na kumpiyansa at katiyakan na ang Diyos ang sukdulang kaligayahan. Siya ang pinakamataas na kaligayahan. Siya ang ganap, pangkalahatang pag-ibig. Siya ang walang hanggang kagalakan na hindi umaalis sa mga kaluluwa ng mga taong nakikiisa sa Kanya. Kaya bakit hindi natin sikaping makamit ang perpektong kaligayahang iyon? Walang ibang makapagbibigay nito sa atin. Dapat nating patuloy na linangin at pangalagaan ito sa ating sarili. Ang mga puwersa ng kalikasan ay walang pagod na nagsisikap na bigyan ang mga tao ng makamundong kasiyahan, ngunit ang mga panandaliang kasiyahang ito ay humahantong sa panghihinayang, kapaitan, at pagsisisi. Kahit ang pinakamapalad na tao, na tila mayroon ng lahat, ay maaaring hindi pa rin tunay na masaya. Hindi sila masisiyahan sa mga bagay sa lupa nang matagal dahil ang mga bagay na ito ay hindi nakakapawi ng kanilang tunay na uhaw o nakakabusog sa kanilang espirituwal na pagkagutom.

Ang mga materyal na ari-arian ay nag-aalok lamang ng maling pakiramdam ng kapayapaan at panandaliang kasiyahan. Ang mundo sa kabuuan ay nababalot ng kalituhan at kaguluhan, na pinapagana ng makasarili at sakim na mga pagnanasa na nagbubunga ng digmaan. Wala nang iba pang lumilikha ng digmaan.

Ang tunay na bayani sa laban ng buhay ay ang siyang sumasakop sa kanyang sarili at nagwawagi sa kanyang mga pagnanasa. Ang pera, katanyagan,

kalibugan, at lahat ng bagay na sumasalungat sa prinsipyong ito ay nakakasira sa ating kapayapaan at kaligayahan. Kung matututo ang mga tao na laging mag-isip ayon sa mga tunay na halaga ng buhay, matatagpuan nila ang kaligayahang hinahanap nila, ngunit naliligaw sila sa kanilang layunin at natatangay ng agos ng mga makamundong pagnanasa. Natuklasan ko na walang tukso ang makapaglilihis sa akin mula sa landas na aking pinili at sinundan para sa aking sarili.

Maaari kong maakit ang libu-libo gamit ang kapangyarihang ibinigay sa akin ng Diyos, ngunit ang landas na iyon ay makakasama sa akin. Sa anumang kaso, hindi ko nais na maakit ang libu-libo at mabihag ang kanilang mga isipan. Ang nais ko lamang ay makita ang mga tapat na disipulo na matatag sa Diyos. Ang mga nagmamahal sa Diyos ay masisiyahan sa mga ideyang ito, at ang mga patuloy na may sigasig ay makakaramdam ng mga pagpapala at presensya ng Diyos sa pamamagitan ng mga turong ito.

Imposibleng linlangin ng isang tao ang Diyos, sapagkat Siya ay laging naroon, nalalaman ang nasa kanilang isipan at ang kanilang ninanais. Kapag tinalikuran nila ang mundo at hinahangad ang espirituwal na pagkakasundo, ang Diyos ay lalapit sa kanila. Kapag ang pagnanais na iyon ay nag-ugat sa puso ng taong naghahanap nito, ang Diyos ay lalapit sa pusong iyon at pupunuin ito ng kabutihan at pagpapala. Ang tanging bagay na sulit mabuhay ay ang maging kasundo ng Diyos at makamit ang Kanyang pabor. Ang pagkakasundong iyon ay dapat na isang walang hanggang tipan at isang hindi masisira na pangako (yaong mga tumutupad sa tipan ng Diyos at hindi ito sinisira).

Lahat ay naghahangad ng mas maraming kayamanan kaysa sa iba. Kahit na makuha na nila ito, nananatili pa rin silang hindi nasisiyahan, at natutuklasan na may ibang taong mas mayaman. Ang mga tao ay nabubuhay sa isang lusak ng paghihirap na dulot ng sarili nilang mga hangarin. Dapat tayong makuntento sa kung anong mayroon tayo. Ang mga materyal na ari-arian ay hindi nagdudulot ng kaligayahan; sa halip, kadalasan ay pinalalaki nito ang mga pagkabalisa, pag-aalala, at pangamba.

Ang landas patungo sa Diyos ang pinakasimple at pinakamadaling landas, ngunit kakaunti ang lumalakad dito sa kabila ng maraming ritwal at pormalidad ng relihiyon. Mas mainam na ibaling ang ating mga puso sa Diyos at hilingin sa Kanya ang pinakamabuti at pinakamatagal para sa atin. Sa katotohanan, hinihintay tayo ng Diyos dahil nais Niya tayong ilayo sa kasamaan at panganib. Gusto Niya tayong makasama Siya sa ating mga puso at isipan dahil ang mga murang bagay ng mundong ito ay hindi kayang masiyahan ang pananabik ng tao o punan ang espirituwal na kawalan na nararamdaman natin sa kaibuturan. Ang Diyos ay palaging nagsasalita sa atin, ngunit kakaunti ang nakakarinig sa Kanyang tinig. Ang mahinang boses na iyon ay kadalasang natatabunan ng ingay ng maingay na mga kaisipan at tahasang mga pagnanasa. Ngunit kapag humupa ang mga kaisipan at nagnanais ng katahimikan, naririnig natin nang malinaw ang tinig ng Diyos, kahit na ito ay tahimik at mahina. Tunay nga, ginagawa ng Diyos ang lahat upang tulungan ang sangkatauhan, binubuksan ang mga pinto at binibigyang-liwanag ang mga landas upang makita natin kung saan tayo dapat humakbang, upang hindi tayo matisod o madulas.

Ngunit hindi natatanto ng karamihan sa mga tao ang katotohanang ito.

Ayokong isipin ng mga tao na makakamit nila ang kaalaman sa pamamagitan lamang ng pakikinig sa iba o pagbabasa ng mga libro. Dapat nilang ilapat ang kanilang nababasa at naririnig. Mas mainam ang pagpunta sa mga lugar ng pagsamba kaysa sa pananatili sa bahay at pakikinig sa mga walang kabuluhang usapan. Ngunit kahit sa mga lugar ng pagsamba, dapat madama ng isang tao ang presensya ng Diyos sa kanilang puso at malaman kung paano ito maranasan. Ang mga pagsabog ng emosyon at makatuwirang pagsusuri ay hindi makapagbibigay sa atin ng kaalamang hinahangad ng ating mga kaluluwa na makamit.

Kapag isinuko natin ang ating mga sarili sa Diyos at nagpaalam sa mga makasariling pagnanasa, at kapag natitiyak natin na ang Diyos ay laging kasama natin, nananahan sa ating mga kaluluwa at nagbibigay-inspirasyon sa atin ng mabuti at marangal na mga kaisipan at damdamin, magkakaroon tayo ng kaligayahan at kalayaan, at masasaksihan natin ang pagsikat ng karunungan sa abot-tanaw ng kaluluwa.

Isipin mo! Ilang dekada mula ngayon, ang ating mismong pag-iral ay magiging isang panaginip lamang, at lahat ng ginagawa natin ngayon ay magiging bahagi ng pangarap na iyon. Kahit ang pinakadakilang mga pigura ng sangkatauhan ay magiging mga kathang-isip lamang ng kamalayan ng tao. Ngunit naabot ng mga dakilang pigurang iyon ang kanilang sukdulang layunin dahil naabot nila ang pinakamataas na antas at nananatiling buhay sa espiritu, lubos na may kamalayan at kamalayan sa lahat ng nangyayari, dahil sila ay nagkakaisa sa banal na kamalayan. Sinumang sumusubok na makiisa sa

kanila sa pamamagitan ng kanilang mga kaisipan at turo ay tiyak na mararamdaman ang kanilang presensya, matatanggap ang kanilang mga pagpapala, at malalaman sa kaibuturan na sila ay tunay na nakikipag-ugnayan sa kanila.

Ang buhay ay isang dakilang panaginip. Ngunit, kapag tiningnan mo ang iyong katawan ngayon at nakita itong masigla at puno ng buhay, lubos kang nakukumbinsi sa katotohanan ng panaginip na ito. Iniisip mo na kailangan mong makamit ito o ang bagay na iyon upang maging masaya. Ngunit gaano man karaming mga hangarin ang iyong natutupad, hindi mo matatagpuan ang kaligayahan sa pamamagitan ng mga ito. Habang mas marami ang nakukuha ng isang tao, mas maraming ninanais ang isang tao. Ang mga hangarin ay dapat salain, at gawing simple ang buhay kung nais ng isang tao na mamuhay nang ginhawa, katahimikan, at panloob na kasiyahan.

Sinasabi ng mga banal na kasulatan na ang taong ang mga hangarin ay laging dumadaloy papasok (patungo sa kanilang kaluluwa) ay isang taong may mataas na panloob na kapayapaan. Dito, sila ay parang dagat, na hindi nagbabago o nababawasan, ngunit nananatiling puno ng tubig na walang humpay na dumadaloy dito. Ngunit ang taong lumilikha ng mga butas ng pagnanasa sa imbakan ng kanilang kapayapaan at hinahayaang tumagas at masayang ang mahahalagang tubig ay walang alam tungkol sa espirituwal na kapayapaan at panloob na kaligayahan.

Kailangan natin ng patnubay mula sa mga nakakakilala sa Diyos, na may kakayahang makipag-ugnayan sa Kanya at may kamalayang madama ang Kanyang presensya. Hiniling sa atin ng mga propeta

na hanapin ang Diyos sa panloob na kapayapaan, sa pag-iisa ng kaluluwa kung saan nananahan ang tapat na espiritu at ang sukdulang espirituwal na kagalakan. Sinusuportahan din ng mga naliwanagang guro ng India ang mga ideyang ito at binibigyang-diin ang kahalagahan ng malalim na pagmumuni-muni upang maunawaan ang Banal na Sarili sa kaibuturan ng kaluluwa.

Ang lahat ng bagay na umiiral ay parang alon na bibrasyon na pinapatnubayan ng isipan ng Diyos. Ang matalinong bibrasyon na ito ay ang Banal na Espiritu, o ang tapat na Espiritu, na maaaring makipag-ugnayan sa pamamagitan ng panalangin at meditasyon.

Sa katahimikan ng iyong kaluluwa at sa kakahuyan ng iyong nakatutok na isipan, ang pag-ibig sa Ganap at sa Walang Hanggan ay walang hanggan. Ngunit mahirap hanapin ang Diyos kung pera muna ang ating hahanapin. Dapat nating gawing mahalagang bahagi ng ating buhay ang Diyos, at saka natin makukuha ang lahat ng kailangan natin sa buhay na ito. Sinumang gawing permanenteng lugar ang Diyos sa kanilang puso, bibigyan sila ng Diyos ng masaganang bahagi ng mga biyaya ng lupa at langit, at bubuksan sa harap nila ang malawak na abot-tanaw kung saan sumisikat ang mga araw ng karunungan, na nagbibigay-liwanag sa kanilang mga landas at nagtataboy sa kadiliman sa kanilang paligid. Ang Diyos ang walang hanggang mangingibig, at walang kaligayahan para sa sangkatauhan maliban kung mahal nila ang Diyos tulad ng pagmamahal nila—kahit papaano—sa kanilang pinakamamahal na mga mahal sa buhay, dahil kung wala ang Diyos, hindi natin malalaman ang diwa ng pag-ibig, ni malalasap ang tamis nito.

Dapat nating matutunang gamitin ang ating kalooban at itaon ang ating isipan upang hanapin ang Diyos nang buong puso. Ang mga kilos ng tao ay idinidikta ng mga pagnanasa, at ang mga gawi na ito ay patuloy na nagtutulak sa atin na gawin ang ayaw nating gawin. Tunay nga, ang tao ay sarili niyang kaaway, walang kamalay-malay. Hindi niya alam kung paano umupo nang tahimik, ni hindi niya inilalaan ang oras sa Diyos, ngunit ninanais niya ang kaligayahan at garantisadong pagpasok sa Paraiso nang walang pagkaantala. Ang sagradong karanasan ay hindi makakamit sa pamamagitan lamang ng pagbabasa ng mga libro, pakikinig sa mga sermon, o paggawa ng mabubuting gawa. Ang lahat ng ito ay walang alinlangang kapaki-pakinabang, ngunit hindi sapat. Ang pag-abot sa Diyos ay nangangailangan ng masusing konsentrasyon at malalim na pagmumuni-muni.

Dapat muna nating hanapin ang pabor ng Diyos. Hindi natin maaaring pasayahin ang lahat, dahil imposible iyon. Sinisikap kong huwag masaktan ang sinuman. Ginagawa ko ang aking makakaya, at iyon lang ang magagawa ko. Ang tanging layunin ko ay pasayahin ang Diyos. Ginagamit ko ang aking mga kamay upang manalangin nang may pagpapakumbaba sa harap Niya, ang aking mga paa upang hanapin Siya sa lahat ng dako, at ang aking isipan upang isipin Siya at pagnilayan ang Kanyang mga kababalaghan. Ang Diyos ang dapat na unang nasa ating mga puso upang maranasan natin Siya bilang kapayapaan, pag-ibig, pag-unawa, kabaitan, habag, at karunungan. Ito, at wala nang iba pa, ang aking pinarito upang magpatotoo at magsalita sa inyo.

Bukod sa pagninilay-nilay, dapat ding magkaroon ng mabuting pakikisama. Hindi natin dapat habulin ang mga tao, kundi ang Diyos. Kung makakahanap ka ng pakinabang sa mga kaisipang ito, ituring mo itong isang biyaya mula sa Diyos, sapagkat ang lahat ng papuri ay sa Kanya. Ibahagi ang mga ito sa iba upang matagpuan nila sa mga ito ang iyong matatagpuan (At tungkol naman sa biyaya ng iyong Panginoon, sabihin mo ito). At huwag mong kalimutang tumulong sa iba araw-araw ayon sa iyong kakayahan. Hangga't may pera ako sa aking bulsa, hindi ako titigil sa pagbibigay, sapagkat ang aking walang-ubos at patuloy na umaagos na pinagmumulan ay ang Diyos.

Panghuli, dapat nating makilala ang Diyos tulad ng ginawa ng mga dakila. Ito ay posible sa pamamagitan ng pagmumuni-muni at personal na pagsisikap.

Minsan, naglalakad ako sa labas ng ermitanyo, iniisip ang aking dakilang guro, si Sri Yuktiswar, na pumanaw ilang taon bago nito, nakaramdam ako ng matinding pananabik para sa kanya at nalungkot ako na wala siya sa tabi ko upang tamasahin ang kagandahan at kapaligiran ng ermitanyo. Bigla siyang nagpakita sa akin mula sa langit at sinabing, "Sa tingin mo ba ikaw lang ang nasisiyahan sa magandang lugar na ito? Nasisiyahan din ako rito tulad mo!"

Ang naghahanap na nagnanais ng pakikiisa sa Diyos ay dapat magsikap sa pamamagitan ng pang-araw-araw na pagsasanay ng meditasyon at pagmamahal sa Kanya, at pagpapaabot ng pagmamahal na iyon sa lahat. Ito ang tanging paraan upang maiwasan ang alitan. Mahalaga ang espirituwal na kooperasyon. Kung walang tunay na espirituwalidad, walang indibidwal o pangkalahatang

kaligayahan. Ang sagradong pagkakasundo ang tanging solusyon sa lahat ng pisikal, pinansyal, kasal, moral, at espirituwal na problema.

Ang kaligayahan ay nagmumula sa pakiramdam na malapit sa Diyos. Ikinulong ng sangkatauhan ang sarili sa likod ng mga rehas ng kamangmangan, at panahon na upang makalaya mula sa nakakahiyang bilangguan ito. Ang isip ay dapat laging nakatutok sa Diyos, anuman ang mga pangyayari, at sa gayon ay makakaranas ka ng malaking kapayapaan at kagalakan.

Ang mga nananabik sa Diyos at nag-aalay ng kanilang pagkatao sa Kanya, naghihikayat at nagbibigay-liwanag sa isa't isa, at patuloy na nag-aalaala sa Diyos, ang siyang masasaya sa mundong ito at ang mga nagwagi ng kaligayahan sa Kabilang Buhay.

Sumainyo ang kapayapaan

Ang kurtina ay tatayo at magliliwanag

Bawat isa sa atin ay nilikha ayon sa wangis ng Diyos. Nagmula tayo sa Kanyang banal na Espiritu, at ang Kanyang esensya ay nananahan sa atin sa lahat ng kadalisan, kaluwalhatian, at labis na kaligayahan nito. Ang sagradong manang ito ay isang hindi magagaping kuta. Ang paghatol ng isang tao sa kanyang sarili bilang isang makasalanan, na nahihirapan sa mga landas ng kasalanan, ay isa sa mga pinakamalaking kasalanan sa lahat. Sapagkat sa paggawa nito, hinahatulan nila ang kanilang sarili sa kawalan ng kakayahan, kawalan ng pag-asa, at kawalan ng kakayahang bumangon at umakyat. Totoo na ang isang tao ay maaaring gumawa ng mga gawaing taliwas sa mga batas ng kalikasan at banal, ngunit dapat silang agad na magbago ng landas at

lumiko sa tamang landas. Sa kanilang dalisay na kalikasan,
ang isang tao ay isang sagradong templo, at ang banal na
.Espiritu ay nananahan sa kanila

Dapat nating laging tandaan na mahal tayo ng Diyos
nang wagas at walang kondisyon. Ngunit dahil binigyan Niya
tayo ng ganap na pagpipilian na lumapit sa Kanya o
tumalikod sa Kanya, hinihintay Niya na maipahayag natin
ang ating pagnanais para sa Kanyang pag-ibig bago Siya
.lumapit sa atin

Minsan ay narinig ko ang kanyang tinig na bumubulong
habang nagmumuni-muni: "Sinasabi mong wala ako sa iyo,
ngunit hindi ka tumingin sa loob. Hindi kita iniwan kahit
isang sandali. Pumasok ka sa templo ng kaluluwa at makikita
mo ako. Sapagkat ako ay laging narito, upang tanggapin ka
".at batiin ka ng pagbati ng banal na pag-ibig
Ang malalim na katapatan ay mahalaga sa espirituwal
na landas. Sa kadalisayan at katotohanan, sumisikat ang
.bukang-liwayway ng kaluluwa

Ang ating karunungan bilang tao ay walang-wala
kumpara sa Diyos. Ang tanging paraan upang mapalapit
tayo sa Kanya ay sa pamamagitan ng pagbibigay sa Kanya
ng parehong dalisay na pagmamahal na ipinagkakaloob Niya
.sa atin

Lahat ay makakatagpo ng kaligtasan sa kalaunan,
ngunit ang mga nabibigo sa daan ay mahuhulog sa
kailaliman ng kawalang-malasakit. Ang kawalang-malasakit
ay humahadlang sa atin na mapagtanto ang
napakahalagang kahalagahan ng paghahanap sa Diyos
ngayon din, sa mismong sandaling ito. Ang ating dakilang
planetang Daigdig, na lumulutang sa kalawakan, at ang
ating pagkakakilanlan bilang tao, ay hindi ibinigay sa atin
upang gumugol ng ilang taon dito at pagkatapos ay maglaho
sa kawalan. Sa halip, tayo ay nilalayong magnilay-nilay nang

malalim at unawain ang misteryo ng pag-iral. Ang mabuhay
nang hindi nauunawaan ang layunin ng buhay ay
kahangalan, katangahan, at pag-aaksaya ng oras. Ang mga
misteryo ng buhay ay nakapalibot sa atin sa lahat ng panig,
at pinagkalooban tayo ng Diyos ng katalinuhan upang
.mahanap ang kanilang mga solusyon

Sa aking paghahanap ng pangmatagalang pag-ibig,
napagtanto ko na mahal ako ng Diyos sa lahat ng paraang
maiisip. Mahal Niya ako bilang isang ina, isang ama, at isang
.kaibigan

Hinanap ko ang walang hanggang kaibigan na higit pa
,sa lahat ng kaibigan

At tungkol sa dakilang mangingibig na ngayon ay
nakikita kong nagniningning sa bawat uri at mapagmahal na
mukha. Ang banal na kaibigang iyon ay hindi ako binigo, ni
.hindi niya ako binigo kailanman

Ang Diyos ang nasa likod ng lahat ng umiiral. Dapat
nating igalang at tratuhin nang mabuti ang ating mga
magulang, ngunit dapat nating mahalín ang Diyos nang
buong puso at kaluluwa. Dapat nating kilalanin ang
kahalagahan ng isang mahalagang koneksyon sa Kanya,
.nang hindi na nagsasayang pa ng oras

Kapag tayo'y natutulog, hindi natin alam kung
magiging pa tayo o hindi. Isa-isa tayong aalis sa mundong
ito. Ngunit ang kaisipang ito ay hindi dapat magdulot ng
pagkabalisa. Kapag tayo'y namatay, tayo'y tinatawag na
ipanganak na muli sa mundo, magsimula ng isang bagong
.buhay mula sa kung saan tayo tumigil dito

Nakikita ko ang buhay bilang ang pagbuo at
pagkatunaw ng mga alon sa ibabaw ng karagatan. Ang alon
ng tao ay umaangat mula sa ibabaw ng banal na karagatan
sa pagsilang nito, at sa kamatayan, ito ay nananatili sa puso
ng Diyos. Naunawaan ko ang katotohanang ito at alam kong
hindi ako tunay na namamatay, sa kabila ng pagkamatay ng
katawan. Sapagkat ako man ay nagpapahinga sa karagatan

ng banal na espiritu o gising sa pisikal na katawan, ako ay kaisa ng kosmikong karagatan. Ang pinakamataas na kaligayahan ay hindi matatagpuan sa mundo. Kasabay nito, hindi natin kailangang tumakas sa kagubatan upang maghanap ng layunin. Mahahanap natin ang Diyos sa gubat na ito ng pang-araw-araw na buhay—sa kailaliman ng yungib .ng katahimikan

Maaaring magkamali ang mga tao, ngunit hinubog sila ayon sa wangis ng banal na espiritu. Nilikha ng Diyos ang mapanlinlang na mundong ito ng mga kalayawan sa lupa para sa iisang layunin lamang: upang mapagtanto ng sangkatauhan na ito ay isa lamang kosmikong drama, talikuran ang mga ilusyon, at mahalin ang Diyos lamang. Ito ang katotohanan, at hindi ito maaaring maging iba. Bakit tayo nilikha ng Diyos upang mahalin ang ating mga kapamilya para lamang makita silang lumalayo sa atin nang isa-isa? Nangyayari ang mga pangyayaring ito upang mapagtanto natin na ang Diyos ang tunay na nagmamahal .sa atin, higit pa sa lahat ng ating minamahal

Ang buhay ay isang serye ng mga gumagalaw na imahe, ngunit ang katotohanang ito ay mahirap unawain dahil ang mga ilusyon ay tila totoo at ang mga katotohanan ay tila mga ilusyon. Ang mundo ay nawawala sa ating kamalayan tuwing gabi habang tayo ay natutulog, marahil upang .maunawaan natin na ang pisikal na uniberso ay hindi totoo. Ang aral na ito ng pagtulog ay hindi para takutin tayo, kundi para sabikin tayo sa katotohanan ng Diyos. Walang makakapagbigay-kasiyahan sa kaluluwa maliban sa Diyos at sa Kanyang pag-ibig. Ang Espiritu ng Diyos ang walang kapantay na katotohanan. Walang bagay na hindi totoo, at ang totoo ay hindi maaaring maging hindi totoo. Nauunawaan ng matalino ang nagniningning na .katotohanang ito

Maraming taon na ang lumipas sa ating buhay, at mga taon, linggo, araw, at oras na lamang ang natitira. Bakit pa

tayo mag-aaksaya ng oras sa mga bagay na hindi kapaki-pakinabang? Dapat nating hangarin na kumonekta sa Diyos araw at gabi, at maging lubos na tapat sa hangaring ito bago maubos ang itinakdang oras ng buhay at lisanin natin ang mundong ito nang walang nagagawang anumang .mahalagang bagay

Sa sandaling iyon, nakita ko ang dakilang liwanag ng Diyos na bumabalot sa lahat ng nilikha. Kay laking !kagalakan! Kay kamangha-manghang liwanag Diyos ko, nagpapasalamat ako at yumuyuko sa iyo para sa masaganang mga biyayang ito ng pagdadama ng iyong presensya

Mga pagpapala sa lahat sa parehong paraan, upang matanto namin na Ikaw ang sukdulang katotohanan sa sansinukob at Ikaw ang aming sukdulang layunin, na wala .nang iba pang layunin na lampas dito

Dapat natin Siyang mahalín at kausapin sa bawat segundo ng ating buhay—sa trabaho at sa pamamahinga, sa paggalaw at katahimikan—nang may malalim na pagsusumamo at nag-aalab na pananabik. Kung magkagayon ay makikita natin ang pagbangon at paglalaho ng lambong ng ilusyon. Ang Diyos ay kasama natin sa bawat sandali ng ating buhay. Ang mga nagninilay-nilay at nakikiisa sa Kanya ay nakikita Siya sa kagandahan ng mga bulaklak, sa kadakilaan ng mabubuting kaluluwa, sa dakila at marangal na mga emosyon, at sa magagandang panaginip. Sa wakas, Siya ay lalabas mula sa likod ng makakapal na lambong upang sabihin sa bawat taimtim na :naghahanap

Matagal na tayong nagkahiwalay dahil gusto kong" ibigay mo sa akin ang iyong pagmamahal nang kusa. Nilikha kita ayon sa aking wangis, at naghintay ako hanggang sa gamitin mo ang iyong kalayaan at ibigay sa akin ang iyong ".pagmamahal nang kusa

Dapat nating hilingin sa Diyos na ipagkaloob sa atin ang walang hanggan at pangmatagalang kaloob ng Kanyang banal na pag-ibig Ngunit sino ang makakahanap sa mapagmahal na Diyos na ito nang walang pagsisikap? Kung gugulin mo ang 25 porsyento ng pagsisikap, ang natitira ay nasa Diyos at sa iyong espirituwal na gabay. Wala akong hinihiling para sa aking sarili, sapagkat ang lahat ng papuri ay sa Diyos, ang pinagmumulan ng lahat ng kabutihan at biyaya. Sumaiyo nawa ang Kanyang biyaya, sumaiyo ang Kanyang kamalayan, at madama mo nawa ang kasaganaan .ng Kanyang presensya sa loob mo at sa paligid mo

Hindi tayo agad sinasagot ng Diyos dahil nag-aalangan tayong ipakita kung gaano natin Siya hinahangad. Hindi tayo dapat matakot na lumapit sa Kanya, bagkus ay ituring Siyang atin, ating Minamahal, at hanapin Siya nang walang humpay gamit ang ating mga iniisip, kilos, puso, at isipan, at matatagpuan natin Siya ang pinakadakilang kanlungan ng .seguridad at kapayapaan sa buhay na ito

O Panginoon, iniaalok ko sa Iyo ang palumpon ng mabubuting kaluluwa, upang kanilang palamutian ang templo ng Iyong presensya. Samahan ang mga kaluluwang ito, na Iyong pamilya at Iyong minamahal. Inaawit namin ang Iyong banal na pangalan. Alisin ang kadiliman ng kamangmangan gamit ang Iyong banal na liwanag. Alisin ang dilim sa aming mga isipan gamit ang nagniningning at walang hanggang liwanag ng Iyong pagkatao. Kami ay sa Iyo, anuman ang aming mga kalagayan. Ipahayag ang Iyong Sarili sa amin, O Panginoon ng Kamahalan at Kasaganaan. Pagpalain mo ang bawat isa sa amin. Tanggapin ang mga bulong ng aming mga nananabik na kaisipan at ang mga nananabik na tibok ng aming mapagmahal na mga puso. Sa Iyo ay iniaalok namin ang lahat ng pagmamahal, karangalan, at pananabik, sapagkat Ikaw ang aming Minamahal at lahat .ng aming pag-aari sa sansinukob na ito

Pagpalain mo kami ng Iyong biyaya Gibain mo ang mga
pader ng pagnanasang naghihiwalay sa amin sa Iyo Maging
banal na Hari na nakaluklok sa lahat ng aming mga mithiin

Nawa'y kumalat ang liwanag ng Iyong kaluwalhatian sa
malawak na mundo Pagpalain mo kaming lahat Punuin mo
kami ng halimuyak ng Iyong presensya At ipabatid mo sa
amin na Ikaw ay palaging kasama namin, Ikaw ay kasama
namin ngayon, at Ikaw ay makakasama namin
magpakailanman

Nagpapasalamat kami sa biyaya at pagmamahal na
ipinagkaloob Mo sa Iyong mga tapat na tagasunod na
nananabik sa Iyong kalapitan at sabik na naghihintay sa
Iyong presensya. Umaasa kami na ang bilog ng Iyong mga
alagad ay lalago upang maipagdiwang namin ang Iyong
.pinagpalang presensya at magalak sa Iyong kalapitan
Pagpalain mo kami upang mabuksan namin ang aming
mga puso sa isa't isa at dalisayin ang aming mga intensyon,
upang kami ay maging karapat-dapat sa iyong proteksyon at
pangangalaga. Ihayag mo ang iyong sarili, sa loob at labas,
pag-isahin mo kaming lahat, at sa liwanag ng pagkakaisang
iyon, hayaan mong kilalanin namin ang iyong natatanging
.pag-iral

Taglay ang katapatan ng aming nagkakaisang mga puso
at ang pananabik ng aming magkakasundong mga kaluluwa,
nagpapatirapa kami sa Iyo, hinihingi ang Iyong tulong,
patnubay, at ang patuloy na pagkaalam sa Iyong presensya
.sa aming mga kaluluwa

Nawa'y magningas nang maningning ang walang
hanggang apoy ng pag-ibig sa aming mga puso, at nawa'y
madama namin ang Iyong kalapitan sa amin ngayon at
!magpakailanman, O aming Panginoon, O aming Minamahal

Kataas-taasang pagnanasa at mga kapsula sa pag-iisip
**Dakila ang kaluwalhatian ng Diyos. Siya ang diwa
ng katotohanan at matatagpuan sa buhay na ito. Sa**

puso ng mga tao ay maraming panalangin at pagsusumamo: para sa pera, katanyagan, kalusugan —lahat ng uri ng panalangin. Ngunit ang panalangin na dapat unahin at pangunahin sa bawat puso ay ang madama ang presensya ng Diyos. Habang tinatahak natin ang mga landas ng buhay nang tahimik at may katiyakan, dapat nating mapagtanto na ang Diyos ang sukdulang layunin na makapagbibigay-kasiyahan sa atin at makakatupad sa ating mga hangarin, sapagkat sa Diyos nakasalalay ang sagot sa bawat pananabik ng puso.

Kapag hindi mo matupad ang isang hangarin sa pamamagitan ng iyong sariling pagsisikap, ikaw ay lumalapit sa Diyos sa panalangin. Kaya, ang bawat pagsusumamo na iyong binibigkas ay nagpapakita ng isang nakatagong pananabik sa loob. Ngunit kapag natagpuan mo ang Diyos, lahat ng pagnanasa ay naglalaho, at lahat ng mga kahilingan ay natutupad.

Ang mga makamundong pagnanasa ay nagmumula sa mga maling akala tungkol sa layunin ng buhay. Ang mundong ito ay hindi ang ating tunay na tahanan. Sinasabi sa atin ng mga banal na kasulatan na tayo ay sa Diyos, na tayo ay nilikha ayon sa Kanyang wangis, at ang Kanyang kalooban ay ang pagbabalik natin sa ating banal na pinagmulan. Ang hindi natatanto ng sangkatauhan ay maliban kung ito ay bumalik sa kanyang banal na pinagmulan, mapipilitan itong magsumikap upang matupad ang hindi mabilang na mga pagnanasa. Isipin mo nga! Totoo na hindi maiwasan ng mga tao na magkaroon ng mga pagnanasa, at walang masama sa pagkakaroon ng mga ito. Gayunpaman, karamihan sa mga pagnanasa ng tao ay humahadlang sa katuparan ng sukdulang pagnanais na bumalik sa Diyos. Kaya, ang mga ito ay nakakapinsala sa kaligayahan ng tao.

Maliban kung ang sangkatauhan ay magnanais sa Diyos at matagpuan Siya, patuloy itong mag-aalab sa pananabik para sa anumang iniisip nitong magdudulot ng kaligayahan. Ngunit ang agarang katuparan ng lahat ng mga pagnanasa ay awtomatikong dumarating sa mga nakakahanap sa Diyos.

May dalawang kategorya ng mga pagnanasa: ang mga tumutulong sa atin na mahanap ang Diyos, at ang mga humahadlang sa atin na mahanap Siya. Halimbawa, kung may nagkasala sa iyo, maaari kang makaramdam ng pagnanais na maghiganti.

Gayunpaman, kung malalampasan mo ang pagnanais na ito sa pamamagitan ng paggamit ng mas mataas at mas katanggap-tanggap na kapangyarihan ng pag-ibig, nagamit mo na ang mismong kasangkapan na makakatulong sa iyo na mahanap ang Diyos. Lahat ng pagnanasa ay dapat matupad sa marangal na paraan, dahil kapag natupad ang mga ito sa pamamagitan ng makamundong pamamaraan, dumarami ang mga pagnanasa, kasama ang mga problema at pagdurusa. Kung matututo tayong ialay ang lahat ng ating mga pananabik sa Diyos, gagawa Siya upang matupad ang ating mabubuting pagnanasa at lipulin ang ating mga mapaminsala at mapanirang pagnanasa. Walang mas dakilang proteksyon kaysa sa isang malinis na konsensya, at walang mas mainam na depensa laban sa mga dagok ng buhay kaysa sa pagkakaroon ng marangal at dakila na mga pagnanasa.

Kapag napagtanto natin na ang perpektong imahe ng Diyos ay nananahan sa atin, lahat ng ating mga hangarin ay natutupad. Sa banal na kamalayang iyon, na nakahihigit sa lahat ng kayamanan at kayamanan sa lupa, hindi ka matitinag kahit ibigay mo ang buong mundo. Ang papuri ay hindi magdudulot ng

pagmamalaki sa iyo, ni sisi sa iyo, sapagkat matitikman mo ang kagalakan ng Diyos sa iyong sarili, at iyon ang magiging pinakamahalagang konsiderasyon sa iyong buhay.

Dapat muna nating hingin ang patnubay ng Diyos sa ating mga pagtatangka na makamit ang ating mga lehitimong hangarin, at iyon ang pinakamahusay na paraan upang makakuha ng mga sagot sa lahat ng ating mga panalangin. Ngunit ang pagsusumamo ay dapat alisin sa panalangin. Ang lumang paraan ng panalangin ay dapat baguhin, at dapat tayong bumaling sa Diyos nang may ganap na tiwala at matibay na pananampalataya na dinirinig Niya tayo at ipagkakaloob ang ating mga kahilingan. Hindi nais ng Diyos na talikuran natin ang ating kalooban—kahit na tayo ay nananalangin sa Kanya—dahil ang kaloobang iyon ang pinakamahalagang regalo na natanggap natin mula sa Kanyang mapagpalang kamay, isang sagradong karapatan na inilaan Niya para sa atin mula pa sa sandali ng ating paglikha.

Natural lamang na dapat makilala ang pagkakaiba ng makatwiran at hindi makatwirang mga panalangin at hangarin. Tandaan na ang hangarin ay kapangyarihan; kung kakapit ka sa isang hangarin—mabuti man o masama, kapaki-pakinabang o nakakapinsala—at pinag-iisipan mo ito araw at gabi, mangyayari rin ito kalaunan. Kaya naman, dapat maging maingat at iwasan ang pagkimkim ng mga mapaminsalang hangarin, dahil matutupad ang mga ito at magdadala ng matinding pinsala at di-kanais-nais na paghihirap.

Sa paglipas ng panahon, matutuklasan mo na kahit na natutupad ang iyong mga hangarin, nananatiling walang laman ang iyong puso, at makakaranas ka ng panloob na paghihimagsik. Isipin

na mahina ang iyong sistema ng pagtunaw, ngunit hinahangad mo ang mga pritong pagkain. Siyempre, makakaramdam ka ng sakit tuwing kakainin mo ang mga ito, sa kabila ng kasiyahang nararanasan mo habang nagpapakabusog. Kaya, madarama mo na parang nagkamali ka. Ang karunungan ay nagdidikta ng paggamit ng pag-unawa upang makilala ang mabuti at masamang pagnanasa, at kapag nakamit na ito, ang mga maling pagnanasang iyon ay hindi dapat matupad. Ang mga tao ay nagtataglay ng panloob na kapangyarihan ng pag-unawa at dapat itong palaging gamitin, ginagabayan ang kanilang buhay ayon sa mga utos ng konsensya, na siyang tinig ng Diyos.

Mga hangaring hindi natupad ay nananatili sa puso. Anong masama sa pagkukubli ng mga ito roon? Narito ang sagot:

Ang bawat pagnanasa ay binubuo ng mga partikular na puwersa: mabuti man o masama, o pareho. Kapag ang isang tao ay namatay—kaawaan siya ng Diyos—ang mga puwersang ito ay hindi namamatay sa kabila ng pagkabulok at pagkabulok ng katawan. Sa halip, sinasamahan nila ang kaluluwa saanman ito magpunta sa anyo ng mga purong espirituwal na kapsula. Kapag ang tao ay muling isinilang sa isang bagong pagkakatawang-tao, ang mga kapsula o psychic tablet na ito ay nagpapakita bilang mga tendensiya sa pag-uugali. Kaya, ang isang taong namatay na isang alkoholiko ay nagdadala ng pagkahilig sa alkohol kapag muling isinilang, at ang tendensiyang ito ay nagpapatuloy hanggang sa malampasan nila ang pagnanasa sa alkohol. Nalalapat din ito sa iba pang mga bagay.

Kahit ang pinakamaliit na bata ay nagpapakita ng mga katangiang nakuha mula sa mga nakaraang buhay. Ang ilang mga bata ay dumaranas ng

matinding pag-aalburuto. Ang iba ay may masamang ugali. Siyempre, hindi sila nilikha ng Diyos sa ganitong paraan. Ang mga hindi natupad na pagnanasa mula sa mga nakaraang buhay ang humubog sa mga sikolohikal na tendensiyang ito, at dahil sa mga ito, ang kaluluwa ay tila medyo kakaiba, kahit na ito ay nilikha sa dalisay na wangis ng Diyos. Kung ang wangis ng Diyos ay nabaluktot sa loob ng isang tao sa buhay na ito, maging sa pamamagitan ng galit, takot, o pagnanasa, at ang mga katangiang ito ay hindi nalampasan ngayon, kung gayon ay muling isisilang ang mga ito kasama ang mga ito (o muling isisilang ang mga ito kasama ang mga ito), na dinadala ang pasanin ng mga kahabag-habag na tendensiyang ito hanggang sa malampasan nila ang mga ito sa mga ito o sa hinaharap na mga pagkakatawang-tao. Walang pagtakas mula sa mga ito hanggang sa malampasan ang mga ito.

Kaya naman, mas mabuting tuparin ang lahat ng pagnanasa ngayon o kaya'y lupigin ang mga ito.

Ang pinakamahusay na paraan upang maalis ang mga ganitong pagnanasa nang minsanan at magpakailanman ay sa pamamagitan ng pagdanas ng sukdulang banal na kagalakan. Kung hindi, ang mga pinipigilang pagnanasang ito at hindi natupad na mga pananabik ay magmumulto at magpapahirap sa kaluluwa.

Dapat mapagtanto ng isang tao, sa pamamagitan ng pag-unawa at karunungan, na ang Diyos lamang ang may kakayahang magkaloob ng dalisay at pangmatagalang kaligayahan

Kadalasan, ang mga pagnanasa ay nananatiling nakatago sa walang malay. Maaaring isipin mong naglaho na ang mga ito, ngunit hindi pa; ito ay isa sa

mga misteryo ng buhay, na isa ring malaking misteryo.

Ngunit ang misteryo ay naglalaho kapag sinusuri natin ang buhay at pinagninilayan ang kahulugan nito. Kung uupo ka nang tahimik sa loob ng maikling panahon bawat araw at susuriin ang iyong sarili, matutuklasan mong mayroon kang maraming hindi natutupad na mga pagnanasa. Ang mga pagnanasang ito ay parang mga nakamamatay na mikrobyo na dala-dala ng isang tao saanman sila magpunta, kapwa sa buhay na ito at sa kabilang buhay.

Ang pinakamahusay na paraan ay ang pag-unawa —sa pamamagitan ng matalinong pagpili—sa mga mapaminsalang pagnanasa sa buhay na ito at ituon ang iyong mga pagsisikap sa pagtupad sa iyong mabubuting pagnanasa. Kung nakakaramdam ka ng pagnanais na magpakamatay o gumawa ng anumang mali, dapat mong alisin ang pagnanasang iyon ngayon. Kumbinsihin ang iyong sarili, sa isip at gawa, na mayroon kang kislap ng kabanalan sa iyong kaluluwa, at tandaan na ikaw ay nilikha sa wangis ng Makapangyarihan sa lahat, at samakatuwid ay mayroon kang kapangyarihang malampasan ang iyong pisikal na kalikasan at mga gawi.

Maging mas malaya sa mga luho at mas malayo sa mga pagnanasa, at mananalo ka sa laban ng buhay. Kung ikaw ay dumaranas ng matinding sakit, sikapin hangga't maaari na ilayo ang iyong sarili mula sa pisikal na kamalayan. Sa pamamagitan ng pag-unawa, malalampasan mo ang mga pandama. Ang matalinong pag-unawa ay ang apoy na sumusunog sa mga mapaminsalang pagnanasa at mapanirang mga gana, na ginagawang abo ang mga ito.

Karaniwang gawain ng mga tao ang pag-iimbak ng mga luma, sira-sira, at hindi kinakailangang mga

bagay sa isang sulok ng bahay, at paminsan-minsan ay linisin at linisin ang bahay. Gayundin, sa sulok ng iyong subconscious mind ay maraming mga pagnanasa na may nakatagong pinsala, na maaaring magdulot sa iyo ng malaking problema balang araw kung hindi mo ito haharapin nang maayos.

Mahalaga ang pagsusuri sa sarili sa landas na espirituwal. Maaari kang maging mapoot, magagalitin, o mabilis magalit. Kung gayon, ang mga katangiang ito na nakaimbak sa iyong kamalayan ay resulta ng iyong mga nakaraang pagkilos. Upang linisin ang iyong isipan mula sa makalat at luma na mga muwebles na ito, dapat kang magsimula sa positibo at nakabubuo na mga aksyon at linangin ang pagmamahal sa iba. Kung mas mahal mo ang mga tao, mas mamahalin ka nila, at mararamdaman mo ang kanilang pagmamahal. Ngunit kung pupunahin mo sila, kahit sa iyong sarili, mararamdaman nila ang kritisismong iyon at ibabalik ito sa iyo nang mas malakas!

Kung sakaling namatay na ang isang matandang kaaway, ngunit nagkikimkim ka pa rin ng sama ng loob at poot sa kanya, magdurusa ka dahil sa kapaitan na ito, at ang mga mapaminsalang epekto nito ay makikita sa iyong katawan at isipan. Mas mabuting patawarin mo siya alang-alang sa Diyos, dahil sa paggawa nito, mapapalaya mo ang iyong sarili mula sa masasamang pagnanasa ng paghihiganti na sumisira sa iyong kapayapaan ng isip at sumisira sa iyong katahimikan. Ang pagbubunton ng poot sa poot, o pagtugon sa poot nang may poot, ay hindi lamang nagpapatindi sa poot ng iyong kaaway sa iyo kundi nilalason din nito ang iyong sariling katawan at emosyon bilang resulta. Kaya magpatawad nang may magandang pagpatawad.

Paminsan-minsan, kailangang iwanan ng isang tao ang lahat ng bagay upang mapag-isa, upang mapagnilayan ang layunin ng buhay. Karamihan sa mga tao ay naaanod sa agos ng mga tradisyon at moda. Sa katotohanan, hindi nila tunay na namuhay nang mag-isa, kundi sa buhay ng mundo. Ano ang kanilang nakamit, at saan sila napunta?

Samakatuwid, makabubuting paminsan-minsan ay ilayo ng isang tao ang kanyang sarili sa pang-araw-araw na mga gawain at "tungkulin" upang pakalmahin ang kaguluhan ng kanyang isipan at subukang maunawaan ang diwa nito at matukoy ang layuning nais niyang makamit.

Tandaan na ang pinakadakilang patotoo na maaari mong matanggap ay ang sa iyong konsensya: ang hindi mapagkakamalan at hindi nagkakamaling tinig ng iyong kaluluwa. Ang sinasabi sa iyo ng iyong konsensya ay kung sino ka talaga, nang walang palamuti o pagbabalatkayo.

Isipin ang kapangyarihan ni Hesukristo na nagsabi, "Ama, patawarin mo sila, sapagkat hindi nila alam kung paano gawin ang hindi nila alam"

At isipin ang dakilang Propeta na nagsabi: "Hindi ko ba sasabihin sa inyo kung ano ang makapagtataas ng ranggo ng isang tao?" Sila ay nagsabi: "Opo, O Sugo ng Diyos." Sinabi niya: "Maging matiyaga sa taong walang alam sa iyo, magbigay sa taong nagkakait sa iyo, makipag-ugnayan sa taong pumuputol ng ugnayan sa iyo, at patawarin ang taong nagkasala sa iyo."

Ang pakikinig sa tinig ng iyong naliwanagang konsensya ay magdadala ng liwanag sa iyong landas at pagpapala sa iyong buhay. Kapag nakakaramdam ka ng matinding pagnanasa sa iyong puso na tuparin ang isang hangarin, gamitin ang iyong pag-unawa at

tanungin ang iyong sarili: "Mabuti ba o masamang hangarin ang aking hinahangad na matupad?"

Maraming salik ang nagpapasiklab sa mga pagnanasa ng tao. Kapag nakakakita ang isang tao ng bagong modelo ng kotse, gusto nilang magkaroon ng katulad nito. Kapag nakakakita sila ng bagong istilo ng bahay, gusto nilang magkaroon ng katulad nito. Nagiging popular ang isang bagong trend sa fashion, at hinahangad ng mga tao na bumili at magsuot ng ganoong istilo!

Saan nanggagaling ang mga pagnanasa? Gumugol ako ng maraming oras sa pagninilay-nilay dito Kaya mo bang uriin ang lahat ng iyong mga pagnanasa? Nagawa kong pag-uri-uriin ang lahat ng mga ito at panatilihin lamang ang mabubuti At nang makamit ko ang banal na pakikipag-isa, natuklasan kong lahat ng aking mabubuting pagnanasa ay natupad nang sabay-sabay Ngayon ay may hinahangad ka, at bukas ang iyong kaluluwa ay may hinahangad na iba Ang iyong isip, na nagmumula sa Makapangyarihang Diyos, ay hindi masisiyahan ng mga kayamanan ng mundong ito, at hindi kailanman magiging ganito, dahil, mahal kong kaibigan, nawala mo ang pinakamahalaga at pinakamahalagang kayamanan ng iyong kaluluwa, ang tanging may kapangyarihang masiyahan ang iyong pananabik at tuparin ang iyong mga pagnanasa Ang nawawalang kayamanang iyon ay ang Diyos

Totoo na may ilang mabubuti o kinakailangang mga hangarin, at dapat kang magsikap upang matupad ang mga ito. Ngunit habang nagsisikap na matupad ang iyong mas maliliit na hangarin, huwag kalimutang tuparin muna ang iyong pinakadakilang hangarin sa Diyos. Ang paniniwala na ang mas maliliit na hangarin at mga tungkulin ay dapat munang matupad ay isang ilusyon at isang panlilinlang.

Naaalala ko pa rin sa simula ng aking espirituwal na paglalakbay na ako ay isang procrastinator at hindi regular na nagmumuni-muni, kahit na paulit-ulit kong sinasabi sa aking sarili na maglalaan ako ng oras para dito. Lumipas ang isang buong taon nang ganito bago ko napagtanto na hindi ko natupad ang ipinangako ko sa aking sarili. Agad akong nangako sa aking sarili na ang unang bagay na gagawin ko sa umaga ay maghugas at pagkatapos ay magnilay-nilay sa Diyos. Marami ang mga pang-araw-araw na gawain noong panahong iyon, at hindi madaling takasan ang mga ito, kahit sa maikling panahon. Kaya, nagpasya akong gampanan muna ang aking mga espirituwal na tungkulin. At sa gayon, natuto ako ng isang malaking aral: ang aking tungkulin sa Diyos ang inuuna, at saka ko lamang inaasikaso ang iba pang mga hindi gaanong mahahalagang tungkulin.

Bakit bubuksan ng Diyos ang mga pintuan ng kawalang-hanggan sa sangkatauhan kung inuuna ng sangkatauhan ang ibang mga tungkulin at pagsasaalang-alang kaysa sa Diyos? Naglagay ang Diyos ng mga espirituwal na pakpak sa loob natin at inaasahan tayong lilipad sa mga lupain ng espiritu. Ang mga pakpak na ito ay ang ating mga espirituwal na pananabik, ang ating matatayog na kaisipan, at ang ating taos-pusong pananabik para sa ating banal na pinagmumulan.

Hanapin muna natin ang Diyos. Hindi matalinong bigyan ng lubos na kahalagahan ang mga tungkulin sa lupa, sapagkat maaaring tawagin ni Azrael ang kaluluwa anumang oras, at pagkatapos, lahat ng tungkulin, pangako, alalahanin, at obligasyon ay titigil at magtatapos magpakailanman. Kaya bakit kakapit nang mahigpit sa buhay?

Iniisip ng isang tao na siya ay nagtatamasa ng seguridad at kapayapaan ng isip, ngunit biglang nawalan ng mahal sa buhay, o nawala ang kanyang kalusugan o trabaho, at ang seguridad at kapayapaan ng isip ay nasasayang!

Kay laki ng pagmamahal ko sa aking ina! Akala ko'y lagi niya akong makakasama, ngunit bigla kong natuklasan na iniwan na niya ako noong bata pa ako! Hindi natin dapat katakutan ang kamatayan, bagkus ay maging handa tayo para dito.

Ang buhay ay hindi ang tila nakikita. Huwag mong ilagak ang iyong tiwala rito, sapagkat ito ay pabagobago, mapanlinlang, at puno ng mga pagkabigo at mga nasirang pag-asa. Hindi matatagpuan ang perpekto rito. Ayokong bigyan ka ng hindi makatotohanang larawan ng buhay. Ang mundong ito ay hindi paraiso. Ito ay isang banal na laboratoryo kung saan sinusubok ng Diyos ang mga kaluluwa upang makita kung malalampasan nila ang masasamang pagnanasa gamit ang kabutihan at gagawin Siya—ibig sabihin, gagawin ang Diyos—na kanilang pinakamalaking hangarin, upang sila ay makabalik sa Kanyang kaharian.

Ang buhay ay puno ng lahat ng uri ng trahedya at komedya, mga kalamidad at kagalakan Ito ay isang malawak, patuloy na nagbabago, at masiglang tapiserya ng hindi mabilang na anyo Walang dalawang bagay na magkapareho Ang buhay ng bawat tao ay natatangi Ang bawat indibidwal ay may iba't ibang katangian, iba't ibang pag-iisip, at iba't ibang pagnanasa Kung tayo ay dumaranas ng parehong mga pagsubok araw-araw, tayo ay mapapagod at mababagot Kahit ang Paraiso, kung ito ay palaging pareho, ay mawawalan ng kaakit-akit Gustung-gusto natin ang iba't ibang uri at

pagkakaiba-iba Ang umiiral na tradisyonal na konsepto ng Paraiso ay ganap na mali Kung ito ay tunay na nakakapagod, ang mga santo at banal na tao ng Diyos ay nananalangin na bumalik sa Daigdig upang aliwin ang kanilang mga sarili! Ang Paraiso ay patuloy na binabago sa pinakakaaya-ayang paraan, habang ang Daigdig ay madalas na patuloy na binabago, ngunit sa isang nakakapagod at hindi kanais-nais na paraan

Gayunpaman, sa kabila ng katotohanang ang buhay ay nakakapagod at mahirap, karamihan sa mga tao ay nasasanay na rito, naniniwalang wala nang ibang paraan para mabuhay. Dahil hindi nila kayang ihambing ang buhay na ito sa espirituwal na buhay, hindi nila natatanto ang lawak ng sakit at pagod na nakatago sa loob ng mundong ito.

Sa totoo lang, ang buhay ay hindi totoo Ito ay libangan lamang, wala nang iba Kung paanong ang mga lumang pelikula ay paulit-ulit na ipinalalabas, gayundin ang mga lumang pangyayari ay nauulit sa iba't ibang anyo At sa kabila ng walang katapusang pagpapatuloy ng buhay, ang mga temang ipinakita sa mga nakaraang pelikula ay paulit-ulit na ipinapaulit-ulit Tunay nga, ang kasaysayan ay nauulit, at ang mga tao ay mga artifact lamang sa mga museo ng panahon.

Hayaang ilabas ng buhay ang mga sorpresa nito, tanggapin ang mga ito nang may kagalakan, pagiging obhetibo, at paglayo, nang hindi naaapektuhan ng emosyon, na parang nanonood ng pelikula. Ang taos-pusong pagtawa ay isang kahanga-hangang lunas para sa lahat ng karamdaman ng tao.

Dapat mong harapin ang buhay nang may kagaanan at ginhawa. Ito ang natutunan ko mula sa aking guro. Sa simula ng aking espirituwal na

pagsasanay sa kanyang ermitanyo, ginampanan ko ang aking mga tungkulin nang may matamlay na mukha, hindi kailanman nakangiti. Isang araw, napansin ito ng aking guro at sinabi, "Kung loloobin ng Diyos, maayos ang lahat! Nasa isang libing ka ba? Hindi mo ba alam na ang paghahanap sa Diyos ay nangangahulugan ng pagtatakip sa mga alalahanin at pagbabaon ng lahat ng kalungkutan? Huwag mong seryosohin ang buhay."

Itinuro niya sa akin na tungkulin ng tao na itaas ang kanyang isipan mula sa lahat ng makamundong pang-abala at problema upang matagpuan niya ang ganap na kalayaan sa Diyos.

Dapat mapanatili ang balanse sa tuwa at lungkot, tubo at pagkalugi, tagumpay at kabiguan upang harapin ang mga hamon ng buhay nang may katapangan at tiwala sa sarili.

Ang pagpapanatili ng panloob na kapayapaan sa kabila ng lahat ng pangyayari ang pinakamahusay na paraan upang malampasan ang mapanlinlang na mga pagnanasa. Ito ang natutunan ko mula sa mga dakila na hindi naapektuhan ng mga pagbabago ng panahon, ngunit nanatiling matatag at hindi nagbabago hanggang sa wakas. Maging ang mga propeta, nang sila ay pahirapan, ay hindi nawala ang kanilang sagradong kamalayan, ni hindi nila hinayaan ang sinuman na nakawin ang pag-ibig ng Diyos mula sa kanila. Ang espirituwal na kagalakan ay isang pinagpalang proteksyon at ang pinakadakilang kuta sa lahat. Sa gitna ng mga pagsubok at paghihirap, tandaan ang mga biyayang ipinagkaloob sa iyo ng Diyos. Ang iyong kaluluwa ay isang sagradong templo ng Diyos. Hindi mo dapat hayaang madumihan ng kadiliman ng kamangmangan ang dalisay na lugar na iyon. Kay gandang mapunta sa isang estado ng

espirituwal na kamalayan, pinarangalan, marangal, ligtas, at payapa! Huwag matakot at mapoot sa sinuman. Ibigay ang iyong pagmamahal sa lahat. Damhin ang pag-ibig ng Diyos at makita ang Kanyang presensya sa lahat ng tao, at hayaan ang iyong pinakamalakas na pagnanais na maging Kanyang patuloy na presensya sa iyong puso. Ito ang paraan upang mamuhay nang may kapayapaan at katahimikan sa mundong ito. Ngunit mahirap tikman ang kasiyahanang ito sa sarili hangga't ang mabangis na hangin ng mga pagnanasa ay umiihip sa oasis ng puso at marahas na inaalog ang mga puno nito.

Ang mga pagnanasa ay hinuhubog ng kapaligiran ng isang tao. Ang mga ito ay nagmumula sa ating mga pandama at nililimitahan ng mga limitasyon ng mga pananaw na iyon. Ang pagdalo sa isang perya sa kanayunan ay natutugunan ang isang pagnanais para sa ilang katuwaan, ngunit pagkatapos bumisita sa isang eksibisyong pang-world-class at makita ang lahat ng iba't ibang mga display, nawawala ang alindog at kaakit-akit ng maliit na perya. Kaya, dapat muna nating maranasan ang kagalakan ng pakikipag-isa sa Diyos upang maihambing natin ang kagalakang iyon sa mas mababang mga kasiyahan sa lupa. Kung gayon, ang mga pagnanasa ay magiging mas mataas ang kalikasan. Ang pagnanasa ay walang hanggan; kapag natupad ang isang pagnanasa ay may iba nang pumalit. Ngunit kapag nahanap mo na ang Diyos, lahat ng iyong mga pagnanasa ay natutupad.

"Hanapin muna ninyo ang kaharian ng Diyos, at ang kanyang katuwiran, at ang lahat ng mga bagay na ito ay ibibigay sa inyo (At ang nasa Diyos ay mas mabuti at mas tumatagal)" Kaya bakit hindi muna hanapin ang katuparan ng pinakadakilang pagnanasang iyon

at tanggapin mula sa mapagbigay na kamay ng Diyos ang pinakamahusay at pinakamatagal?

Kapag sinagot ng Diyos ang panalangin ng naghahanap na makilala Siya, lahat ng iba pa niyang mga hangarin ay matutupad agad at magpakailanman.

May mga taong iniisip na wala silang pagnanasa. Sige!

Napansin ko ang madalas na nangyayari kapag pumupunta ang mga tao sa palengke. Maaaring wala silang partikular na pagnanais na bumili, ngunit biglang may pumukaw sa kanilang atensyon at naiisip nila, "Ah oo, kailangan ko itong bilhin!"

Kahit hindi nila ito agad bilhin, nananatili ito sa kanilang isipan araw at gabi hanggang sa sa wakas ay mabili nila, kahit na kailangan pa nilang manghiram ng pera. Nasisiyahan sila rito nang pansamantala, ngunit unti-unting nawawala ang kaakit-akit nito at nababawasan ang saya ng pagmamay-ari nito, kaya may iba pa silang hinahangad, at iba pa.

Minsan may nakakasalubong tayong isang taong nagsasabing: "Ah, kung mayroon lang sana akong ganito at ganoong halaga ng pera (o isang espesyal na modelo ng kotse o isang swimming pool o o o)" at sa sandaling matupad ang hangaring iyon, isa na namang pananabik ang lilitaw para sa isang bagong bagay.

Ang mga pagnanasa ng tao ay likas na hindi perpekto, at samakatuwid ay hindi nila kayang makamit ang ganap na kaligayahan para sa kanilang mga may-ari.

Susubukan ng mundo na ilihis ang iyong atensyon mula sa pag-alala na ang tanging tunay na kapaki-pakinabang na hangarin ay ang mahanap ang Diyos. Ngunit dapat mong ipaalala ito sa iyong sarili araw-

araw. Kapag nagpasya ang isang tao na huminto sa paninigarilyo, tumigil sa labis na pagkain, tumigil sa pagsisinungaling, o tumigil sa pandaraya, dapat silang maging determinado sa kanilang desisyon at hindi mag-alinlangan. Ang masamang kapaligiran ay sumisira at nagpapahina sa kalooban, na lumilikha ng mga maling pagnanasa sa loob ng isang tao. Kinukuha nito ang pinakamahusay mula sa kanila at binibigyan sila ng pinakamasama. Ang mga namumuhay kasama ng mga magnanakaw ay naniniwala na ito lamang ang paraan upang mabuhay. Ngunit ang pakikisama sa mabubuting tao ay nagdidirekta sa isip patungo sa mas matataas na bagay, upang ang mga maling pagnanasa ay hindi na matukso ang isang tao. Lahat ng bagay sa buhay na ito ay maaaring magbago at magbago. Ngunit ang ilang sandali ng malalim na pagmumuni-muni o pag-aaral at pagninilay-nilay sa mga dalisay na espirituwal na paksa ay magiging isang mapagkukunan ng inspirasyon, na magdadala sa taimtim na naghahanap sa karagatan ng panlilinlang at ilusyon patungo sa mga banal na baybayin kung saan "walang pagkapagod ang hahawak sa kanila roon, ni hindi sila mapapalayas mula roon."

(Ang pinakadakilang pahinga ay inihanda para sa mga nagpakahirap, at ang hindi nag-aksaya ng anumang pagsisikap sa paghahanap ng katotohanan ay siyang nagtagumpay nito)

Ang tunay na kaligayahan ay nakasalalay sa pananabik sa Diyos at patuloy na pag-iisip sa Kanya. Sa pamamagitan ng pagtitiyaga, darating ang panahon na ang kaisipang iyon ay magiging matatag at hindi natitinag na walang pisikal, mental, o emosyonal na paghihirap ang makakapaglihig ng iyong kamalayan mula sa Diyos. Hindi ba't kamangha-

mangha ang mamuhay nang may kamalayan sa Diyos, iniisip Siya at nadarama Siya sa lahat ng oras, at manatili sa santuwaryo ng Kanyang hindi maaaklas na presensya, kung saan ang kamatayan o anumang bagay ay hindi makakaagaw ng iyong panloob na kapayapaan? (Yaong mga naniniwala at ang mga puso ay nakakatagpo ng kapahingahan sa pag-alaala sa Diyos. Katotohanan, sa pag-alaala sa Diyos nakakatagpo ng kapahingahan ang mga puso)

Kapag naging ligtas ka sa lahat ng pagnanasa, matatamasa mo ang walang hanggang presensya

Tunay ngang kakaiba ang buhay, dahil lahat ng bagay ay maaaring magbago Kaya't, hindi dapat iangkla ang barko ng kaligayahan sa nagbabagong buhangin ng buhay na ito Lilipas din ang ating panahon, at ang nakikita natin ngayon ay mawawala balang araw. Ang pagbabago ay katanggap-tanggap hangga't hindi mo ito hahayaang makapinsala sa iyo. At kapag nakapinsala ito sa iyo, ang panloob na kaguluhan na iyong nararanasan ay isang mensahe sa iyo na huwag magpadaig sa mga pagnanasa. Kapag ikaw ay ligtas sa banal na espiritu, tinatamasa mo ang lahat nang walang pagkakabit o pag-asa. Samakatuwid, ang pagsisikap na makilala Siya ay napakahalaga para sa mga nagmamalasakit; kung hindi, ang buhay ay magiging isang mapaminsalang pagkabigo, na sisira sa mga pag-asa sa isang kakila-kilabot na paraan.

Nang bumalik ako sa India noong 1935, umaasa akong mabisita ang mga lugar na minahal ko noong bata pa ako, ngunit pagdating ko, natuklasan kong nagbago na ang lahat. Ang yugto ng buhay ay muling inayos sa ibang paraan. Ang pinakamalaking pagkadismaya at pagkabigla ay dumating nang bumisita ako sa aking lumang bahay sa Aykapur,

kung saan ako naglalaro at nanonood ng mga ibon. lisa na lamang ang puno na natitira sa lahat ng aking naaalala. Ganoon talaga ang buhay! Ang mga pamilyar at minamahal na bagay ay isa-isang nawawala sa aming paningin. Handa akong ibigay ang lahat upang makita ang aming bahay tulad ng noong aking pagkabata. Gayunpaman, ipinagkaloob ng Diyos ang aking hiling, dahil kalaunan ay nakita ko ang bahay sa isang pangitain, kung saan kami ay lumangoy sa pool, at pagkatapos ay umakyat ako sa itaas, humiga sa kama, at kumain ng mangga, tulad ng ginawa ko maraming taon na ang nakalilipas.

Ang mga pagnanasa ay dapat na suriin at suriing mabuti, ayusin nang mabuti, at tanging ang mabubuti lamang ang panatilihin, at huwag hayaang pigilan maging ng mabubuting pagnanasang iyon ang pinakamahalagang pagnanasa sa Diyos.

Ang pagnanasang iyon ay dapat manatiling buhay at nag-aalab, at hindi dapat hayaang maglaho o mamatay. Ang tao ay nasa ilalim ng isang malaking ilusyon kapag hinihiling niya sa Diyos na tuparin ang kanyang mga makalupang pagnanasa ngunit hindi niya hinihiling sa Kanya na ipakita ang Kanyang sarili sa kanya. Isipin ang isang bata na patuloy na hinihiling na ibigay ng kanyang mga magulang ang kanyang mga kahilingan, at kung hindi man ay hindi nagtatanong tungkol sa mga ito o iniisip ang mga ito. Iyon ay kawalan ng utang na loob at pagtanggì sa kanilang kabaitan, at doon ay may aral para sa mga nagmumuni-muni.

Kapag inilapat ang aklat na ito ng buhay, ang isa ay sasamahan lamang ng espirituwal na kaalamang natamo sa panahon ng kanyang paglalakbay sa lupa. Samakatuwid, ang Diyos ay dapat manatiling laging nasa isipan ng isang tao, patuloy na nananawagan sa

Kanya at hindi Siya kailanman kalilimutan kung ang isa ay tunay na nag-aalala tungkol sa kanyang espirituwal na kinabukasan. Kapag tayo ay nakikipag-ugnayan sa Diyos, matutuklasan natin na ang lahat ng mga hangarin ay natutupad sa isang mahiwagang paraan. Ngunit dapat muna nating hanapin ang Diyos. Siya ay mapagbigay at ibinigay sa atin ang lahat, ngunit matatagpuan lamang natin Siya kapag hindi tayo kuntento sa Kanyang mga kaloob kundi bumaling sa Tagapagbigay mismo. Makikilala natin Siya hangga't tayo ay taos-puso sa ating paghahangad, taimtim sa ating pagnanais na mapalapit sa Kanya at maranasan ang Kanyang pinagpalang presensya.

Ang pinakamalaking balakid na kinakaharap ng isang tao ay ang kanilang sariling sarili. Kapag sinusubukan nilang umupo nang tahimik at pagnilayan ang mga espirituwal na bagay, biglang lumilitaw ang mga makamundong kaisipan, na gumagambala sa kanila at pumipigil sa kanila na makamit ang kanilang layunin. Dapat nilang sanayin ang kanilang sarili na kontrolin ang kanilang mga iniisip at katawan, at sa paggawa nito, magdadala sila ng isang nadadalang paraiso sa kanilang kaluluwa. Sa buhay o kamatayan, sa langit o impyerno, ang sukdulang kaligayahang iyon ay sasamahan sila.

Dapat tayong manalangin sa Diyos nang taimtim, ibinubuhos ang ating matinding pananabik, humihingi sa Kanya sa wika ng puso, ng pananabik ng kaluluwa, at ng mga bulong ng konsensya, upang marinig Niya tayo at masagot tayo. Ngunit kung ang isang tao ay nananalangin nang bahagya at kasabay nito ay nag-iisip ng ibang bagay—isang bagay na alam ng Diyos na hindi ang pangunahing pinag-aalala ng taong iyon—hindi Niya sasagutin.

Kailangan muna natin ang Diyos. Ngayon na ang panahon. Hindi tayo dapat maghintay, dahil ang mga ilusyon ay napakalakas. Mabilis lumilipas ang buhay, at nakakahiya ang lisanin ang mundong ito nang hindi nalalaman ang layunin ng buhay. Dapat tayong magnilay-nilay tuwing may libreng oras tayo. Kahit na hindi nasagot ang iyong mga panalangin sa simula, huwag mawalan ng pag-asa sa awa ng Diyos, ngunit patuloy na magsumamo. Manalangin nang taimtim at magtiwala na sasagutin ang iyong panalangin.

Nasaksihan ko sa buhay ko ang pinakadakilang patunay ng pagtugon ng Diyos sa panalangin. Ngunit ang ganitong tugon ay nangangailangan ng pagsisikap, sapagkat walang makabuluhang bagay ang dumarating nang walang pagsisikap. Ang pagmumuni-muni ay mahalaga upang mailantad ang mga hiwaga ng buhay at makapasok sa kaharian ng Diyos.

Ang masasamang gawi at iba pang mga pang-abala ay susubukang pahinain ang iyong mga pagsisikap at magpahina ng iyong determinasyon. Ngunit kung nais mong maging masaya, ituon ang iyong mga iniisip sa Diyos, at matatagpuan mo Siyang malapit sa iyo.

Ang mga pagnanasa para sa mga kalayawan sa lupa ay lumilikha ng isang magnetikong hatak na umaakit sa isang tao sa mundong ito, ang buhay pagkatapos ng kamatayan. Ang pagbabalik sa laman ay nagiging hindi na kailangan para sa mga natagpuan ang kanilang mga hangarin sa Diyos. Sa tuwing nais nilang matupad ang anumang pagnanasa, naiisip nila ito, at ito ay nagpapakita sa kanilang harapan. Ang aking ina ay nagpapakita sa akin pagkatapos ng kanyang kamatayan, at ako ay naaliw nang makita ko siya at nagpasalamat sa Diyos para sa

Kanyang kabutihan. Tunay nga, Siya ang Pinakamapagbigay at Pinakamaawain. Tinutupad Niya ang ating mga hangarin upang ipakita ang Kanyang pagmamahal at pasasalamat sa atin kapag binibigyan natin Siya ng unang lugar sa ating mga puso.

Kapag ang isang tao ay nakarating sa Diyos, sila ang nagiging panginoon ng buhay at tadhana. Hindi tayo dapat tumigil hangga't hindi matatag na naitatag ang banal na presensya sa ating buhay. Ipagkakaloob Niya sa atin ang lahat ng ating inaasam at susubukin Niya tayo.

Marami at malalaki ang mga pagsubok at balakid sa espirituwal na landas, ngunit habang dumadaan tayo sa mga pagsubok na iyon at nalalampasan ang mga balakid na iyon, dapat nating sabihin: “O Panginoon, sinagot Mo ang aking mga panalangin at tinupad ang aking pinakadakilang mga kahilingan, kaya't ang aking puso ay yumayaman sa Iyong presensya at ang aking kaluluwa ay nagniningning sa Iyong liwanag”

Sumainyo ang kapayapaan

Mula sa mga kasabihan ng gurong si Paramhansa

Yogananda

Nagrereklamo ang mga tao tungkol sa ideya ng pagsuko sa ilang mga bagay sa buhay, kahit na sa katotohanan ay maraming mahahalagang bagay ang isinusuko nila, isa na rito ang kapayapaan ng isip, at kung minsan ay isinasakripisyo pa nila ang kanilang sarili para sa pera, na .maaaring mapinsala at mawala

Isuko ang inyong mga sarili sa Diyos at matutuklasan
ninyo na ang inyong buhay ay naging parang isang
magandang ritmikong himig

Ituon ang iyong atensyon mula sa mundong ito patungo
sa malawak na kaharian ng Diyos na nasa loob mo

Sa barko ng katahimikan, maaari kang maglayag
patungo sa mundong lampas sa ating mga pangarap kung
saan ang banal na bukal ay dumadaloy nang walang tigil
.mula sa kaibuturan ng puso at kaluluwa

Panginoon, tulungan Mo akong gampanan ang aking
bahagi sa buhay sa paraang ikalulugod Mo, mahina man ako
o malakas, may sakit o malusog, sikat o hindi, mayaman o
mahirap, dahil alam Mong mahal Mo ako at hindi Mo ako
.pababayaang kailanman

Ang kayamanan ay maaaring kunin mula sa isang tao, o
maaari rin silang kunin mula rito, sa kanilang paglisan sa
mundong ito, at hindi nila ito madadala. Ang tunay na halaga
nito ay nakasalalay sa paggastos nito sa mga kapaki-
pakinabang na gawain at sa pagdadala ng kaligayahan sa
sarili at sa iba sa paraang nakalulugod sa Diyos at sa
.konsensya ng isang tao

Ang mga taong iniisip lamang ang sarili nilang seguridad
at ginhawa, nalilimutan o binabalewala ang mga
pangangailangan ng iba, sa katotohanan ay nanliligaw sa
kahirapan na darating sa kanila balang araw. Ang mga taong
kumakapit sa kanilang kayamanan sa halip na gamitin ito sa
mabubuting gawa ay hindi nagdadala ng kasaganaan sa
kanilang buhay kabilang buhay; sila ay ipinanganak na
mahirap, taglay ang mga pagnanasa at pagnanasa ng
mayayaman. Ngunit ang mga taong nagbabahagi ng
kanilang kasaganaan sa iba ay umaakit ng kabutihan at
.kasaganaan saanman sila magpunta

Kapag kusang-loob kang nagbigay sa mga karapat-
dapat, matutuklasan mo na ang Diyos ay laging kasama mo
at hindi ka niya iiwan at wala kang kakailanganin. Hindi natin
dapat kalimutan na ang ating buhay ay direktang
sinusuportahan ng Diyos at kapag napagtanto natin na ang
ating mga isipan, kalooban, at mga gawain ay nakasalalay
lahat sa Diyos at kumukuha ng lakas mula sa Kanya,
makakatanggap tayo ng direktang patnubay mula sa Kanya
at matatanto natin na ang ating buhay ay kaisa ng Kanyang
.walang hanggang buhay

Ang meditasyon ay nagbibigay ng patunay ng
pagkakaroon ng Diyos. Kapag ang mga alon ng pandama ay
naalis na sa lawa ng isipan, ang banal na kaligayahan ay
bumubukal mula sa kaluluwa. Ang kaligayahang ito ay
.umiiral na sa loob ng kaluluwa, ngunit ito ay natatakpan
O, Panginoon Gagamitin ko ang aking lakas ng loob at
talino upang maisakatuparan muna ang maliliit na bagay at
.pagkatapos ay lilipat ako sa mas malalaking tagumpay
Kahit na makamit ang lahat ng materyal na ambisyon,
nagbibigay lamang ito ng hindi kumpletong kaligayahan —
at sa pamamagitan ng paghahanap sa Diyos, matutuklasan
ko ang hindi mauubos na imbakan ng kagalakan. At hindi ito
tumitigil sa pag-agos at pagtakbo sa mga hardin at mga
.luntiang parang ng kaluluwa

Bahay: Victory Square

Kung ang isang tao ay gumugugol ng kanyang buhay sa
paghahabol sa isang kilig pagkatapos ng isa pa, hindi niya
kailanman mararanasan ang tunay na kaligayahan. Dapat
siyang mamuhay nang simple at harapin ang buhay nang
may kagaanan. Maipapayo sa isang tao na gumugol ng oras
nang mag-isa, pagninilay-nilay sa kanyang sariling mga kilos
paminsan-minsan, at pagsasanay ng panloob na
kapayapaan, na nagdudulot ng paggaling, pagpapabata, at
.panibagong lakas

Kung ang mga pang-abala ay palaging naroroon at ang iba pang mga stimuli ay sumasalakay sa mga pandama, ang mga nerbiyos ay magdurusa bilang resulta, malaking halaga ng mahalagang enerhiya ang masasayang, at ang kaluluwa ay makakaramdam ng tensiyon at pagkabalisa. Bukod pa rito, hindi dapat labis na mag-alala sa pagwawasto ng iba; sa .halip, dapat iwasto ang sarili bago subukang iwasto ang iba

Dapat malaman ng lahat na ang tahanan ang pinakamalaking larangan ng digmaan. Ang isang taong parang anghel sa kanyang tahanan ay magiging anghel din .kahit saan

Ang tamis ng tinig at ang kapayapaang ipinahihiwatig ng marangal na pag-uugali ay higit na kailangan sa tahanan kaysa saanman

Kung paanong ang kadiliman ay hindi maaaring manatili kung saan sumisikat ang liwanag, gayundin ang kadiliman ng sakit ay dapat maglaho kapag ang liwanag ng Diyos ay sumisikat sa mga selula ng katawan, at kakaunti ang .nakakaalam ng katotohanang ito

Kapag ang mga tao ay nakakaramdam ng matinding pagnanais na gumaling, sila ay nananalangin nang may pusong nababagabag O may pakiramdam ng kawalan ng pag-asa, na inaakala na hindi pakikilingan ng Diyos ang kanilang mga panalangin O nananalangin sila ngunit hindi naghihintay Upang malaman nila kung ang kanilang mga .panalangin ay nakarating na sa Diyos

Kung paanong hindi maaaring makinig sa musikang ipinapalabas sa himpapawid gamit ang isang may sira na receiver, hindi rin maaaring makuha ng isang tao ang mga bibrasyon ng kalusugan, lakas, at karunungan na nagmumula sa Diyos gamit ang isang aparatong saykiko na hindi gumagana nang maayos dahil sa mga takot, pag-aalala, at lahat ng uri ng pagkabalisa, pagdududa, at .kawalan ng katiyakan

Panginoon, alalahanin at pasalamatang Ka namin sa oras
ng pangangailangan at kasaganaan, sa sakit at kalusugan,
sa dilim at liwanag, at sa lahat ng pagkakataon. Alalahanin
namin nang may pasasalamat ang mga araw ng kagalingan
na ipinagkaloob Mo sa amin. Tulungan Mo kaming buksan
ang mga mata ng pananampalataya upang makita namin
ang Iyong pinagpalang liwanag, na nagpapagaling sa lahat
.ng karamdaman

Ako ang kapitan ng aking barko ng mabubuting
kaisipan, ang aking mabuting kalooban, at ang aking
mabunga at kapaki-pakinabang na gawain. Ako ang
magpapatnubay sa barko ng aking buhay, na laging
nakatuon ang aking mga mata sa nagniningning na planeta
ng kapayapaan sa kalangitan ng aking malalim na
.pagmumuni-muni

Gagamitin ko ang aking mga kasanayan sa malikhaing
pag-iisip upang magtagumpay sa lahat ng aking ginagawa.
Tutulungan ako ng Diyos kung susubukan ko ring tulungan
.ang aking sarili

Ngayon ay aararin ko ang hardin ng buhay nang may
panibagong pagsisikap at itatanim ito ng mga buto ng
karunungan, kalusugan, kasiyahan, at kaligayahan. Didiligan
ko ang mga buto nang may pananampalataya at tiwala sa
sarili, at hihintayin ko ang biyaya ng Makapangyarihan
upang bigyan ako ng makatarungang ani. Kahit na hindi ko
anihin ang inaasahang ani, mananatili akong
nagpapasalamat at nagpapasalamat sa kapayapaan ng isip
.na nagmumula sa pagsisikap na gawin ang aking makakaya
Magpapasalamat ako sa Diyos na kaya kong patuloy na
sumubok hanggang sa magtagumpay, sa pamamagitan ng
Kanyang biyaya. At magpapasalamat ako sa Kanya kapag
nakamit ko ang pinakadakilang hangarin ng aking puso.

Sisikapin kong gumawa lamang ng mga marangal at
karapat-dapat na gawain, na hinahangad ang kaluguran ng
.Diyos

Ang mundo ay puno ng mga natural at pantaong bagyo, at ang Diyos ang matibay na kalasag at ligtas na kanlungan mula sa mga bagyo, unos, at kasamaan ng mundong ito. Saanman naroon ang Diyos, walang takot o kalungkutan.

Ang tunay na mananampalataya ay matatag at may pagmamalaki sa laban ng buhay at sa pakikibaka ng mga pangyayari, tiyak na ang Diyos ay kasama niya, pinoprotektahan siya mula sa kapahamakan at hindi siya kailanman iniwan kahit isang sandali. Kaya, ang takot ay naglalaho sa kanyang puso at ang katiyakan ay nananatili, .isang proteksyon na hindi maaaring ipataw

Ang hindi pagkatakot ay nangangahulugan ng pagkakaroon ng pananampalataya sa Diyos at sa Kanyang proteksyon, at pagkakaroon ng pananampalataya sa Kanyang katarungan, karunungan, awa, pag-ibig, at pagiging .nasa lahat ng dako

Ang takot ay nag-aalis ng sikolohikal na lakas ng isang tao, nagpapalabo sa kanilang isipan, at nagpapahina sa natural na ritmo ng puso. Bukod pa rito, ang takot ay maaaring magdulot ng mga pisikal na kaguluhan at mga sakit na sikolohikal. Sa halip na magpadala sa pagkabalisa at sikolohikal na pagkakakulong, dapat tiyakin ng isang tao sa kanyang sarili na siya ay ligtas sa pangangalaga ng Diyos, ang Nakakakita sa Lahat, ang Nakakarinig sa Lahat, ligtas sa Kanyang di-magagaping kuta, at napapaligiran ng Kanyang .awa at pangangalaga

Maging sa gubat ng Africa, sa larangan ng digmaan, nagdurusa sa sakit o kahirapan, dapat kumbinsihin ang sarili na ang kamay ng Diyos ay mas malakas kaysa sa anumang panganib at may kakayahang protektahan ang mga taong humihingi ng kanlungan sa Kanya. Wala nang mas epektibong paraan ng proteksyon. Siyempre, dapat gumamit ng pangangatwiran sa pagharap sa mga pangyayari habang

kasabay nito ay may ganap na pananampalataya sa banal na tulong. Ang pananampalataya ay hindi kailanman nangangahulugan ng pagiging pabaya o pagkilos nang hindi matalino sa harap ng kahirapan. Sa halip, anuman ang mangyari, dapat tiyakin ng isa sa sarili na ang Diyos lamang ang may kakayahang tumulong sa mahirap at mahihirap na sitwasyon kung ang isa ay babaling sa Kanya nang buong puso, kaluluwa, at pandama

Kapag ang mga kahirapan ay dumating na parang isang avalanche, hindi natin dapat hayaang maparalisa nito ang ating kalooban o malabo ang ating malinaw na pananaw at matalino at lohikal na pamamaraan. Sa halip, dapat nating panatilihin ang ating pananampalataya sa Diyos at ang ating likas na pakiramdam ng tama at mali, at magsikap na makahanap ng paraan palabas. Sa tulong ng Diyos, matatagpuan natin ito. Sa huli, bubuti ang mga bagay-bagay dahil ang kapangyarihan at mga kababalaghan ng Diyos ay nakatago sa likod ng mga kontradiksyon ng buhay ng tao. Ang mga hindi tumatanggap sa hindi maiiwasang mga pangyayari at sa halip ay sumusubok na tumagos sa kabila ng tabing gamit ang kanilang talino at pananampalataya ay makakatuklas na ang pinto ay bukas para sa kanila—isang pinto na kinakatok ng bawat kamay na naniniwala

Ang buhay ay nababalot ng kadiliman, at kung minsan ay natitisod at nag-aalangan tayong sumulong. Dapat nating hayaang ang liwanag ng Diyos ang maging gabay nating lampara habang tayo ay naglalakad sa madilim na landas ng buhay. Ang Diyos ang kabilugan ng buwan sa mga gabi ng kamangmangan at kadiliman, ang araw ng ningning sa mga oras ng paggising, ang tanglaw ng patnubay, at ang gabay na bituin para sa mga tumatawid sa mga karagatan ng makalupang at panandaliang pag-iral

Mananatili ang mga problema sa mundo, kaya saan makakahingi ng gabay at direksyon ang isang tao? Ang mga iniisip ng isang tao, na naimpluwensyahan ng mga gawi, pagtatangi, pagkiling, at panatismo, ay walang silbi, at ang mga impluwensya ng kanyang kapaligiran, pamilya, bansa, o mundo ay hindi kayang magbigay ng tunay na gabay.

Samakatuwid, dapat bumaling ang isang tao sa Diyos at makinig sa mahinahon at payapang tinig na nagmumula sa kaibuturan ng kaluluwa, isang tinig na naaayon sa .katotohanan

Ang pagkakaiba sa pagitan ng mental na pagmumuni-muni at espirituwal na pagninilay-nilay

Kung pinoprograma ng isang tao ang kanilang sarili gamit ang kaalamang teoretikal, sila ay nagiging parang isang naglalakad na tagapagtala, na inuulit ang mga kawikaan at matatayog na parirala, at itinuturing ng iba na ito ay matalino at maalam. Ngunit ang ganitong kaalaman ay hindi pinatitibay ng direktang pagdama sa katotohanan, ni hindi ito natutumbasan ng espirituwal na tagumpay. Ang ganitong uri ng intelektuwalisasyon o intelektuwalisasyon ay nagpapanatili sa "sarili" na nakatali sa pandama na isip, na limitado rin ng mga pisikal na pandama. Ang kaalamang teoretikal ay hindi maaaring makakuha ng banal na kaalaman, at ipinapayong huwag sayangin ang mahalagang oras ng isang tao sa mga teoryang hindi maaaring mailapat sa realidad, dahil baka matagpuan niya ang kanyang sarili na nawawala sa isang masukal na kagubatan ng intelektwal, .na hindi kayang malampasan ang larangan ng teorya

Ang prosesong ito ay hindi hahantong sa pag-alam sa katotohanan dahil ang katotohanan ay lampas sa mga opinyon at teorya, at marami sa mga sumusunod sa pamamaraang ito ay nabibigatan ng kanilang sariling mga .subhetibong konklusyon

Kung gagamitin ng isang tao ang kanyang kakayahang pangkaisipan para lamang sa pagkakaroon ng pera at materyal na mga ari-arian, ang kanyang kamalayan ay mahihila sa materyal na mundo at masasangkot sa walang katapusang kasalimuotan. Samakatuwid, sinasabi ng mga matatalinong tao na hindi dapat ilaan ng isang tao ang lahat ng kakayahang pangkaisipan na ipinagkaloob sa kanya ng Diyos sa paghahangad ng mga panandaliang bagay, dahil baka mawala sila sa labirinto ng materyalismo at lumikha ng mga hindi kinakailangang limitasyon at hadlang para sa kanilang sarili. Sa halip, dapat nilang gamitin ang kanilang kakayahang pangkaisipan upang makamit ang mga pangangailangan sa buhay at sikaping paunlarin ang kanilang mga kakayahang moral upang makilala ang tama at mali, at ang nakakapinsala at kapaki-pakinabang. Kapag nililintang nila ang kanilang espirituwal na pananaw, mararamdaman nila ang Diyos sa kanilang sarili at matutukoy ang mga espirituwal na katotohanan na nakatago sa likod ng makakapal na belo ng materyalismo. Ang .estadong ito ay tinatawag na espirituwal na pagninilay-nilay

Anuman ang ating mga alalahanin, ang Diyos ang dapat laging unahin sa ating buhay. Isa sa pinakamahalagang elemento ng espirituwal na paglago ay ang patuloy at taospusong koneksyon sa Diyos, kung saan personal mong masasaksihan ang isang kahanga-hanga at positibong .pagbabago na lubos na hahanga sa iyo

Kapag ang isang tao ay gustong manood ng palabas, o bumili ng bagong damit o bagong kotse, hindi ba't totoo na ang kanilang isipan ay laging abala? Tungkol sa mga bagay na iyon at kung paano makamit o makamit ang mga ito? Hindi siya titigil hangga't hindi niya natutupad ang kanyang mga hangarin, at patuloy siyang magsusumikap nang .walang pagod upang makamit ang mga hangaring iyon

Kaya naman, ang isip ng tao ay dapat na maging abala
sa pag-iisip tungkol sa Diyos. At pagkatapos, lahat ng mas
maliliit at mas maliliit na pagnanasa ay mababago tungo sa
isang matinding pagnanais na madama ang Diyos at
.makipag-ugnayan sa Kanya

Kapag ang isip ay bumubulong sa Diyos ng isang taos-
puso at maalab na bulong na nagmumula sa kaibuturan ng
isang nananabik na kaluluwa

Ang tawag ng kaluluwa ay hahawak sa kosmikong puso,
at ang sagot ay darating, na may dalang malaking
.kagalakan

Ang intelektuwal na pagbulong ay nagpapaunlad ng
lakas ng loob, hanggang sa magkaroon ka ng sapat na lakas
.upang makamit ang ninanais na layunin

Kapag ang isip at kalooban ng isang tao ay naaayon sa
Diyos, sila ay binibigyan ng walang hanggang
kapangyarihan, kaya ang pag-iisip lamang tungkol sa isang
bagay ay sapat na upang maisakatuparan ito, dahil ang
banal na batas ay gumagana pabor sa mga taong naaayon
.sa kataas-taasang kalooban

Ang lahat ng kahanga-hangang tagumpay sa aking
buhay ay nakamit sa pamamagitan ng kapangyarihan ng
isang isip na naaayon sa Diyos. Kapag tumatakbo ang banal
na generator, lahat ng aking ninanais ay nagkakatotoo nang
walang pagbubukod, unang nagkakahugis bilang isang di-
nakikita, mala-langit na disenyo at pagkatapos ay
nagpapakita nang may hindi mapaglabanan na puwersa sa
.katotohanan

Ang sikreto ng paglago

Lumalago tayo sa bawat karanasang ating
pinagdadaanan, basta't nauunawaan natin na may

matututunan tayong mahahalagang aral mula rito. Sapagkat ang bawat sakit at pagdurusa na ating nararanasan ay may .kahulugan at layunin

Sa kabila ng kalupitan ng mga pagsubok, ang mga ito ay parang apoy na tumutunaw sa bakal na mineral, binabago ito tungo sa maganda, matibay, at maraming gamit na bakal. Ang karunungan nalilikha natin sa pamamagitan ng nagliliyab na apoy ng karanasan ay tunay na kahanga-hanga. Dinadalisa tayo ng buhay, binabago ang ating mga mababang kalikasan tungo sa mahahalagang elemento, na nagpapahintulot sa atin na mamuhay kasama ang mga kaluluwang kasingdalisa ng mga hiyas, kasinglakas ng bakal, ngunit nababaluktot at matatag, yumuyuko nang hindi nababasag sa ilalim ng mga presyon .ng kahirapan at paghihirap

Kapag nakakakita tayo ng mga mukhang napinsala ng galit, na may pilat ng kalupitan, ang kanilang paningin ay nagpapanabik sa atin na alisin ang kapangitan sa ating sariling kaluluwa—isang kaluluwang hindi naaapektuhan ng anuman maliban sa masasamang intensyon at malalim na mga sama ng loob na nagtatakip sa pinagpalang banal na imahe sa loob natin, tulad ng uling na sumisira sa salamin. Ang masasakit na kilos ng iba ay dapat pumukaw sa atin ng pagnanais na mapabuti ang ating sariling pag-uugali at kontrolin ang ating sarili, upang tayo ay maging mga panginoon ng ating magulong mga pagnanasa, hindi alipin .ng mga ito

Ang mabubuting salita ay isang kamangha-manghang lunas para sa maraming karamdaman, nagtataglay ng isang malakas, halos mahiwagang, magnetikong puwersa na nagdudulot ng masaganang pagpapala at kasaganaan sa kanilang nagsasalita. Ang mga gumagamit ng nakapapawing-pagod at banayad na mga salita ay

nakakaramdam ng banayad na daloy ng tubig sa kanila nang walang pagkaantala, na napupuno sila ng kasaganaan ng katahimikan. Ito ay dahil ang daloy na iyon ay konektado sa mas mataas na pinagmumulan nito, na patuloy na dumadaloy at patuloy na umaabot sa mga kaluluwang naaayon dito. Pagkatapos ay maipapasa nila ang daloy ng kaligayahang ito sa mga kaluluwang naghahangad ng .kapayapaan

Araw-araw, ang isang tao ay tumitingin sa salamin upang makita ang kanyang mukha dahil gusto nilang magmukhang pinakamaganda sa iba. Gaano pa kaya kahalaga para sa kanila na araw-araw na harapin ang kanilang sarili at tumitig sa salamin ng panloob na pagsusuri upang matuklasan kung ano ang nasa ilalim ng kumikinang na ibabaw! Sapagkat ang lahat ng panlabas na kaakit-akit ay nagmumula sa panloob na sarili. At walang anumang bagay na nagpaparumi sa dalisay na salamin ng kaluluwa tulad ng mga sikolohikal na pagbaluktot tulad ng galit, hinanakit, inggit, at poot. Sinumang magsisikap na palayain ang kanilang sarili mula sa mga compound na ito, na dayuhan sa kalikasan ng espiritu, ay hahayaan ang liwanag ng panloob .na kagandahan na sumikat mula sa loob

Sa pamamagitan ng pagsusuri, natutuklasan natin na ang mga problema ng tao ay may tatlong bahagi: may mga problema at karamdaman na umaatake sa katawan ng tao, ang iba ay umaatake sa isip, at ang ikatlong kategorya na .humaharang sa mga landas ng kaluluwa

Ang sakit, katandaan, at kamatayan ay ang mga kahirapan at balakid na kinakaharap ng katawan. Gayunpaman, ang mga sakit na sikolohikal ay sumasalakay sa isip sa pamamagitan ng kalungkutan, takot, galit, mga pinipigilang pagnanasa, sama ng loob, poot, mga emosyonal na obsesyon, matinding pagkabalisa sa nerbiyos, at ang

sikolohikal na kanser na nagpaparalisa sa mga kakayahan sa pag-iisip. Gayunpaman, ang pinakamapanganib na sakit ay ang sakit ng kaluluwa, na nakikita sa kamangmangan, kung saan nagmumula at kumakalat ang lahat ng iba pang mga .sakit

Mas marami ang mabuti kaysa sa masama sa mundo

Kapag may mga pagdududang pumapasok, dapat nating alalahanin ang buhay ng mga dakilang tao. Totoo na tayo ay mga tao, ngunit pinagkalooban tayo ng Diyos ng mga pambihirang kapangyarihan na bihira nating gamitin. Kaya bakit tayo manginginig sa takot sa katandaan, sakit, at kalungkutan? Dapat nating gawin ang ating makakaya upang pangalagaan ang ating mga katawan, ngunit hindi tayo dapat magpadala sa takot o ibaon ang ating mga sarili .sa ilalim ng mga tambak ng kamangmangan

Ang katawan ay hindi ang buong pagkatao

Mas makapangyarihan ang kabutihan kaysa sa kasamaan sa mundong ito dahil ang Diyos ang may pinakamataas na kapangyarihan. Ngunit kapag dumarating sa atin ang kasamaan, iniisip natin na wala tayong .kapangyarihang kontrolin ito o takasan ang kamay nito

Tiyak na darating ang mga bagyo ng kasamaan, ngunit malalampasan natin ang mga epekto nito at malalampasan .ang mga ito

Hindi tayo binigyan ng buhay upang masira nito, kundi upang itanim sa atin ang kamalayan sa kawalang-hanggan, .at dapat nating tandaan ang katotohanang ito

Kung walang kalayaan sa pag-iisip, hindi maipapahayag ng isang tao ang kanyang sarili sa isang dalisay, kusang-

loob, at natural na paraan. Tandaan na ikaw ay malaya. Ang
.kapangyarihan ng kalooban ay laging malaya

Kung gagamitin mo nang tama ang iyong lakas ng loob,
lilikha ito ng magandang karma para sa iyo, ngunit
karamihan sa mga tao ay ayaw magbago at ayaw magsikap,
kaya't sila ay nabibigo sa harap ng mga kahirapan at hindi
.kayang harapin ang mga hamon

Ang paggawa ng anumang naisin ng isang tao ay hindi
kalayaan, dahil ang mga tao ay nakatali sa kanilang mga
pagnanasa, at samakatuwid ang kanilang mga kilos ay hindi
matatawag na kalayaan. Ang tunay na kalayaan ay
nangangahulugan ng paggawa ng lahat nang may
kagustuhan na ginagabayan ng karunungan. Maaaring
kontrolin ng isang tao ang mga bunga ng kanilang mga
nakaraang kilos, na tiyak na susunod sa kanila, kung
bubuksan niya ang kanilang kagustuhan at gagamitin ito
para sa mabubuti at kapaki-pakinabang na mga gawa. Kung
gagawin mo ang iyong mga kilos nang may katwiran at
determinasyon, ang mga puwersa ng iyong mga nakaraang
maling kilos ay hihina at ang mga gawi na bunga ng iyong
.mabubuting kilos ay lalakas

Palagi nating hinahangad ang mga bagay na wala sa
atin at nagiging interesado tayo sa mga bagay na hindi
mahalaga. Kapag may isang bagay na umani sa atin,
pansamantala nating nawawala ang ating malayang
pagpapasya. Tulad ng mga taga-Silangan na inaalipin ng
mga sinaunang kaugalian, gayundin ang mga taga-
Kanluranin ay inaalipin ng mga makabagong kaugalian.
Lumilikha tayo ng ating sariling kapalaran at nagiging bahagi
.nito

Bakit may isang batang ipinanganak sa isang
masamang pamilya habang ang isa naman ay ipinanganak
sa isang mabuting pamilya? Ginamit ng bawat isa sa kanila

ang kanilang kalayaan upang mamuhay sa isang partikular na paraan noong nakaraan (sa nakaraang buhay) at sa gayon ay nagdala ng mga pangyayaring iyon sa kanilang sarili sa buhay na ito

Walang tunay na kalayaan kung wala ang Diyos. Dapat natin Siyang isipin palagi. Anuman ang ating mga alalahanin at iniisip, ang Diyos ang dapat manguna sa ating mga puso, at kapag tayo ay tunay na nakahanay sa Kanya, bibigyan tayo ng kakayahang maisakatuparan ang dapat nating gawin, anumang oras, sa Kanyang banal na tulong

Payo para sa disipulo

Isa sa mga estudyante ang nagtanong sa gurong si Paramhansa para bigyan siya ng ilang payo para sa pagpapabuti ng sarili, at sinabi niya: Kung gusto mong mahalin ka, magsimula ka sa pamamagitan ng pagmamahal sa iba na nangangailangan ng iyong pagmamahal

At kung umaasa ka sa iba, maging tapat at matapat ka sa kanila upang sila ay maging tapat sa iyo

Kung nais mong pigilan ang iba sa pagkilos nang may malisya at tuso, huwag mong hayaang makapasok ang panlilinlang sa iyong sariling mga iniisip, at huwag kumilos sa paraang makakasama sa iba

Kung gusto mong makiramay ang iba sa iyo, magsimula sa pamamagitan ng pagpapakita ng empatiya sa kanila, lalo na sa mga nakapaligid sa iyo

Kung gusto mong igalang ka ng iba, dapat kang magpakita ng respeto sa bata at matanda

Kung gusto mo ng kapayapaan mula sa iba, dapat kang mamuhay nang may pagkakaisa

Kung gusto mong maging relihiyoso ang mga tao,
maging espirituwal sa kalikasan, at hayaang maramdaman
ng iba na isa kang mabuting huwaran at maaari ka nilang
.asahan at pagkatiwalaan

Sa madaling salita, lahat ng gusto mong ipakita sa iba.
Isa sa mga magagandang katangian ay ang ipakita muna ito
sa iyong buhay, at matutuklasan mo na ang mga tao ay
.magiging reaksiyon sa iyo sa parehong paraan

Kung matutukoy mo ang mga aspeto sa iyong buhay na
nangangailangan ng pagpapabuti nang hindi pinanghihinaan
ng loob o nagkakaroon ng inferiority complex, at kung palagi
kang nagsisikap na mapabuti ang iyong sariling karakter,
ang oras na iyong ginugugol dito ay magiging mas
produktibo kaysa sa kung sasayangin mo ang pag-asam na
mapabuti rin ng iba ang kanilang sarili. Ang iyong positibong
halimbawa at mabuting pag-uugali ay may mas malaking
kapangyarihang baguhin ang iba kaysa sa iyong mga
.kagustuhan, galit, at mga salita lamang

O Panginoon, Ikaw ang pinagmumulan ng lahat ng
kabutihan at ang pinagmulan ng lahat ng kapangyarihan.
Pagpalain Mo kami upang maipakita namin ang Iyong mga
pagpapala sa amin sa aming kalusugan, sa aming mga
mithiing intelektwal, at sa aming mga espirituwal na
pagpapahayag. Ikaw ang ningning sa mga bituin, ang
enerhiya sa mga atomo, ang kabaitan sa mga puso, at ang
kagandahan sa katotohanan. Tulungan Mo kaming punuin
ang aming mga sarili ng Iyong pinakadakilang
kapangyarihan, ng Iyong walang hanggang karunungan, at
.ng Iyong walang hanggang pagiging tunay

Panginoon, kilalanin mo kami na Ikaw ang bukal ng
kalusugan, ang karagatan ng buhay, at ang pinagmumulan
ng lahat ng pang-unawa at kaalaman. Palayain mo kami
mula sa kamangmangan at mga epekto nito, mula sa mga

takot at pag-aalala, at hayaang ang baha ng Iyong
karunungan ay tangayin ang lahat ng kalat at dumi sa aming
.mga buhay

Punitin Mo, O Panginoon, ang mga lambong na
nagtatago ng Iyong mukha mula sa amin. Ipakita Mo sa amin
ang Iyong liwanag na napakaliwanag, tulad ng hindi
mabilang na mga araw sa abot-tanaw ng aming mga buhay.

Damhin Mo sa amin ang Iyong kapangyarihan bilang isang
patuloy na nagpapanibagong kapangyarihan na nagbibigay-
inspirasyon sa aming mga kaisipan, nagpapalusog sa aming
mga kaluluwa, nagpapanatili sa aming mga katawan, at
.tumutupad sa aming mga pangarap

Amen

Karamihan sa mga tao ay hindi alam kung bakit. Mula sa
kanilang pag-iral sa mundong ito, naniniwala sila na ang
layunin ng buhay ay ang katuparan ng mga pagnanasa. Ang
pagkamit ng mga pangangailangan sa buhay. Ang
paghahanap ng kasiyahan at pag-ibig ng tao, at sa huli ay
.ang pagsuko sa huling tumatawag

Nagsisimula ang mga tao sa kanilang buhay bilang mga
programmer na may mga partikular na hilig at hangarin na
hindi natupad noon. At sinusubukan nila – kahit kakaunti na
lang ang natitira nilang malayang kalooban – sa
pamamagitan ng paggaya sa mga hangarin at kilos ng iba,
kung makikisama sila sa mga negosyante, gusto nilang
maging katulad nila, at kung makikisama sila sa mga artista,
.ang sining ang magiging lahat sa kanila

Nais ng Diyos na maging praktikal tayo sa mundong ito.
Binigyan Niya tayo ng gutom na nangangailangan sa atin na
magtrabaho upang masiyahan ito, ngunit ang paghahanap
lamang ng pagkain, tirahan, pera at ari-arian ay

nangangahulugan na nakakalimutan ng tao ang
.pinagmumulan ng kanyang kaligayahan

Totoo na kailangan nating magtrabaho upang makamit
ang ating mga pangangailangan at magsumikap na makamit
ang ating mga lehitimong layunin, ngunit una sa lahat, dapat
nating buksan ang ating mga puso sa Diyos at hanapin ang
Kanyang gabay at pagsang-ayon sa lahat ng ating ginagawa.

Kung gayon, tiyak na magtatagumpay tayo sa paaralan ng
buhay, dahil matatanggap natin ang ating patnubay mula sa
Kataas-taasang Tagapamahala at Tagapagbigay na
nakakaalam kung ano ang ating kailangan at kung ano ang
pinakamabuti para sa atin. Kaya naman, dapat tayong
magtiwala sa Kanya at magpasakop sa Kanyang matalinong
.kalooban

Mula sa mga lektura ng gurong Paramahansa

Kapag ang panloob na kaligayahan ng kaluluwa ay
natatakpan ng isang makapal na patong ng panandaliang
senswal na kasiyahan, ang ginintuang liwanag ng espiritu ay
kumukupas, at ang malinaw na kakayahan ng kaluluwa ay
nakatago sa likod ng densidad ng materya. Kapag ang isip
ng isang tao ay naaakit sa selos at inggit, at nababalot ng
mga ulap ng takot at pag-aalala, siya ay nagiging miserable,
aba, at talunan. Ngunit kapag ang isa ay nagtutuon ng
parehong atensyon sa pag-ibig, kapayapaan, at
pagkakasundo, siya ay nakakaranas ng matinding
.kaligayahan

Nakakaramdam ng kaligayahan ang kaluluwa kapag ito
ay bumabaling mula sa pisikal na mga pagnanasa na may
halong pagdurusa at paghihirap tungo sa mga malinaw na
birtud ng espiritu, na puno ng mga kahanga-hangang
.kasiyahan

Kung ang kaluluwa ay lubusang nalulubog sa magaspang na makamundong kasiyahan, ito ay nagiging walang pakialam sa paghahangad ng mas matataas na kagalakan at hindi na makakaranas ng mga espirituwal na kasiyahan. Marami ang maaaring magtalo na ang pagtalikod sa mga materyal na kasiyahan ay halos imposible sa mundong ito o habang namumuhay kasama ng mga taong ang mga iniisip ay umiikot lamang sa mga materyal na bagay. Gayunpaman, hindi kinakailangan sa karaniwang tao na talikuran ang mundo at umatras sa mga bundok at kagubatan upang makahanap ng katahimikan at kapayapaan. Sa halip, dapat silang manatili sa mundong ito nang hindi hinahayaang tangayin sila ng malalakas na agos nito, upang hindi sila madaig ng magulong alon ng buhay na .ito

Ang isang tao ay hindi dapat maging negatibo sa kanyang kapaligiran, at kasabay nito ay hindi niya dapat hayaang bulagin ng materyalismo ang kanyang paningin, dahil baka mawalan siya ng ugnayan sa kanyang espirituwal na kalikasan at hindi niya matikman ang mga kagalakan ng .kaligayahan at masaksihan ang mga banal na liwanag. Ang buhay, kasama ang esensya, mga bahagi, at mga layunin nito, ay isang mahirap unawain ngunit hindi imposibleng lutasin, at sa pamamagitan ng ating progresibong pag-iisip, nilulutas natin ang ilan sa mga .sikreto nito araw-araw

Ang mga kagamitang nakabatay sa tumpak na mga prinsipyong siyentipiko sa panahong ito ay tiyak na kahanga-hanga, at ang mga tuklas na dulot ng agham ay nagbibigay sa atin ng mas malinaw na pananaw sa mga paraan kung paano mapapabuti ang buhay. Ngunit sa kabila ng lahat ng kagamitan, imbensyon, at estratehiya na mayroon tayo, tila tayo ay mga puppet pa rin sa mga kamay ng kapalaran, at

mahaba pa ang daan sa hinaharap bago tayo mapalaya
.mula sa kontrol ng kalikasan

Tunay nga, ang pamumuhay sa awa ng kalikasan ay hindi kalayaan. Ang ating masigasig na isipan ay nalulula at nagagapos ng kawalan ng kakayahan kapag nararamdaman nating tayo ay biktima ng baha, bagyo, o lindol, o kapag ang mga pangyayari ay umagaw sa atin – nang walang lohikal na dahilan – sa ating mga mahal sa buhay. Pagkatapos ay napagtatanto natin na hindi pa tayo nakakamit ng maraming tagumpay, at hindi pa natin napagtagumpayan ang mga mahirap na pangyayari. Sapagkat sa kabila ng lahat ng ating pagsisikap na gawing buhay ayon sa gusto natin, ang ilang mga pangyayari ay palaging lilitaw sa mundong ito, at mga pangyayaring pinamumunuan ng isang makapangyarihang isipan na kakaunti lang ang ating nalalaman, na ganap na gumagana nang hiwalay sa ating mga opinyon at kalooban. Ang pinakamahusay na magagawa natin ay magtrabaho at .gumawa ng ilang mga pagpapabuti

Nagtatanim tayo ng trigo at gumagawa ng harina, ngunit sino ang lumikha ng unang binhi? Kumakain tayo ng tinapay na gawa sa harina, ngunit sino ang nagbigay sa ating mga katawan ng kakayahang tunawin ito? At paano ?gawing sustansya ang pagkain

Sa bawat sulok ng buhay, tila mayroong isang kailangang-kailangan na banal na kamay. Hindi natin mapamahalaan ang ating mga gawain kung wala ito, at sa lahat ng ating mga katiyakan, hindi natin alam kung kailan titigil sa paggana ang puso. Kaya naman kailangan ang matapang na pag-asa sa kataas-taasang banal na kapangyarihan at pag-asa sa ating mas mataas na sarili, na .nagmumula sa makapangyarihan na siyang ating hinuhubog

Dapat tayong magtaglay ng pananampalatayang
walang kapalaluan, at lumakad nang may kumpiyansa sa
.mga landas ng buhay

Walang takot at panginginig, at walang pagkabalisa at
pagkakulong

Pagharap sa mga allergy

Ang pagdaig sa pagiging sensitibo ay isang maselang
sining, at ang pagkontrol sa bilis ng reaksiyon ng isang tao ay
mahalaga para sa pagbuo ng isang balanse at mahusay na
.personalidad

Ang pagiging sensitibo ay nagmumula sa hindi
pagkakaunawaan, pagiging mababa ang antas ng pagkatao,
.labis na pagmamataas, at labis na ego

Kapag iniisip ng isang tao na nasaktan ang kanilang
damdamin, ang kaisipang iyon ay nag-uugat sa kanilang
isipan, pinupukaw ang kanilang mga nerbiyos, na nagiging
tensiyonado at rebelde. Ang galit ay nag-aalab sa kanilang
puso dahil sa mga nasugatang emosyon. Gayunpaman, may
ilang tao na may kakayahang kontrolin ang kanilang mga
emosyon, kaya ang kanilang mga panlabas na palatandaan
ay hindi lumilitaw sa kabila ng matinding galit sa loob nila.

Ang iba naman ay nagpapahayag ng kanilang galit sa
pamamagitan ng mga agarang reaksiyon, na makikita sa
kanilang mga kalamnan sa mata at ekspresyon ng mukha, at
sa pamamagitan ng matalas at naka-code na mga tugon sa
.salita

Ang labis na emosyonalidad ay may malubhang
kahihinatnan; pinapalala nito ang sitwasyon at lumilikha ng
hindi kanais-nais na kawalang-tatag na negatibong
.nakakaapekto sa iba

Dapat magsikap na magpigil sa sarili at maging mahinahon, upang magkaroon ng kapaligiran ng pagkakaunawaan at pagkakasundo na nagtataguyod ng kapayapaan sa halip na tensyon at nagpapaalis ng usok ng stress. Ang mga gumagawa nito ay magiging mga panginoon ng kanilang sariling kapalaran at gagantimpalaan ng pagpapahalaga at paggalang mula sa mga nakapaligid sa .kanila

Ang labis na pagiging sensitibo ay isang katangiang taglay ng karamihan, at kapag ang hindi makatwirang emosyong ito ay sumiklab, binubulag nito ang kaunawaan at pinalalabo ang mga mata ng karunungan. Ang mas malalapa, ang taong sobrang sensitibo ay naniniwala na sila ay nag-iisip, nakakaramdam, at kumikilos nang perpekto, gayong sa katunayan ang kanilang pag-uugali ay maaaring !ganap na mali

Maraming tao ang naniniwala na dapat nilang kaawaan ang kanilang sarili kapag pinupuna, at ang pagkaawa sa sarili ay nagbibigay sa kanila ng kaunting ginhawa. Ngunit tulad ng mga adik sa droga, habang tumatagal ang kanilang .paggamit, lalong lumalakas ang kanilang adiksiyon

Ang isang taong sensitibo ay kadalasang nagdurusa nang walang kabuluhan. Kadalasan, walang nakakaalam ng sanhi ng kanilang pagkabalisa o uri ng kanilang hinaing, na humahantong sa pagtaas ng dalamhati sa kanilang sariling pagpapabaya. Walang makakamit sa pamamagitan ng tahimik na pag-iisip ng mga nakikitang insulto o kritisismo.

Mas mainam na tugunan ang mga ugat ng ganitong hypersensitivity sa pamamagitan ng obhetibong pagsusuri at .pagpipigil sa sarili

Ang ganitong uri ng hindi malusog na allergy ay may malulubhang kahihinatnan; nilalamon nito ang puso na parang apoy at sinisira ang mga tisyu ng kapayapaan. Kaya,

dapat itong harapin nang matalino, lohikal, at may matatag
.na kalooban

Masipag akong maglingkod sa lahat, ngunit kapag ako'y
nag-iisa para magnilay-nilay, hindi ko hinahayaang may
makagambala sa aking pagmumuni-muni. Maaaring
maghintay ang ibang mga bagay, ngunit ang aking pang-
araw-araw na pakikipag-ugnayan sa Diyos ay hindi dapat
.pabayaang o balewalain

Bago gumawa ng anumang aksyon, huminto sandali at
maingat na pag-isipan ang mga kahihinatnan at ang epekto
nito sa iyong isip, katawan, at kaluluwa. Ang mga kilos na
dulot ng pamimilit ay hindi kalayaan, dahil ang mga kilos na
taliwas sa mga batas ng pagkakaisa at pag-unlad ay
maghihigpit sa indibidwal. Sa kabaligtaran, ang mga kilos na
pinahihintulutan ng pag-unawa at naaayon sa konsensya ng
.isang tao ay banal at nagdudulot ng kalayaan

Kapag nagpasya kang gumawa ng isang bagay na
mabuti, o umiwas sa paggawa ng isang bagay na masama,
at nanindigan ka sa desisyong iyon at kumilos nang
.naaayon, tandaan na marami kang kalayaang mababahagi

Nais ng Diyos na gamitin natin ang kalayaang pumili na
ibinigay sa atin upang hanapin Siya at matagpuan, ngunit
.ayaw Niyang ipilit ang Kanyang sarili sa atin

Ang pagnanais na mapalapit sa Diyos at makilala Siya
ay hindi kusang dumarating, kundi dapat itong buhayin at
pagyamanin. Kung wala ang pagnanais na iyon, ang buhay
.ay walang halaga o lasa

Hayaang gabayan ka ng iyong espirituwal na pananaw
sa iyong pag-iisip at ang tagumpay ay susunod sa iyo saan
ka man magpunta

Sa Diyos ko iniaalay ang aking tinig, mga kamay, mga paa, puso, katawan, damdamin, kalooban at lahat ng bagay

Ang pag-ibig ang espirituwal na sandata na siyang tatapos sa lahat ng digmaan

Sa kabila ng mundong ito ay may mga mundong walang hanggan kung saan muli nating makikilala ang mga taong .akala natin ay tuluyan nang iniwan

Ang buhay sa mundong ito ay patuloy na nagbabago, ang kalungkutan ay sumusunod sa kalungkutan, mga ilusyon sa ibabaw ng mga ilusyon. Ang malikmatang ito na lumilitaw sa disyerto ng ating kamalayan ay dapat maglaho, at dapat nating gisingin ang ating tunay na sarili mula sa ilalim ng .makakapal na belo ng materya

Huwag mong ibatay ang iyong mga pag-asa sa buhay na ito. Nasaan ang iyong garantiya? Ligtas ka lamang kapag .nanganganlong ka sa kaalaman ng Diyos

Ang diwa ng kaluluwa ay parang sinaunang ginto na nakabaon sa ilalim ng lupa. Kapag ang lupa ay inalis mula sa ginto at hinugasan ng tubig ng pagmumuni-muni, ito ay muling nagniningning nang may ganap na kadalisayan at .kalinawan

Panginoon, hayaan Mo kaming makita ang mabuti, mag-isip ng mabubuting kaisipan, at makihalubilo sa mga taong may mabuting pagkatao. Tulungan Mo kaming isipin Ka at pagnilayan Ka, O Ikaw na pinagmumulan ng lahat ng .katuwiran at pinagmulan ng lahat ng kabutihan

Kalayaan mula sa kahinaan

Ang pinakamahasag na paraan upang malampasan ang kahinaan ay ang pagtigil sa pag-iisip tungkol dito; kung hindi, ang ideya ng kahinaan ay tatalo sa iyong kamalayan

at mangibabaw sa iyong panloob na sarili. Kapag dinala natin ang liwanag sa ating sarili, ang kadiliman ay maglalaho .na parang hindi ito kailanman umiral

Ang ideyang iyon ay nagbibigay sa akin ng
magagandang inspirasyon

Kapag ang liwanag ay ipinasok sa isang kuweba na nababalot ng kadiliman sa loob ng libu-libong taon, ang kadiliman ay agad na naglalaho. Gayundin, ang mga kahinaan at pagkakamali ay naglalaho kapag hinayaan nating pumasok ang liwanag ng Diyos sa ating kamalayan, at ang kadiliman ng kamangmangan ay hindi maaaring manatili. Ito ang pilosopiyang dapat nating gamitin sa .pamumuhay

Walang silbi ang pagpapaliban. Ang gulong ng buhay ay hindi tumitigil sa pag-ikot, at ang mga araw ng ating buhay ay mabilis na lumilipas. Ang bawat minutong ginugugol natin sa pag-iisip nang malinaw at pagkilos nang matalino ay isang matagumpay at kapaki-pakinabang na pamumuhunan .sa ating kaligayahan

Maraming tao ang gumugugol ng kanilang buong buhay sa pag-iisip tungkol sa pera, seks, at katanyagan, at bihirang magtuon sa mga mahahalagang bagay na nagdudulot sa kanila ng kapayapaan ng isip at nagpapataas ng kanilang .kamalayan sa mas mataas na antas

Gaano man kababa ang tungkulin ng isang tao, maituturing siyang matagumpay sa paningin ng Diyos kung alam niya kung paano gugulin nang matalino ang kanyang .oras at ituon ang kanyang mga iniisip sa tamang direksyon

Kapag ang liwanag ng Diyos ay sumisikat sa isang tao, hindi niya nararamdaman na kailangan niya ng anuman dahil ang kagalakang bumabalot sa kanya ay siyang

tumutupad sa lahat ng kanyang mga pangarap at
nagpaparamdam sa kanya sa kaibuturan na siya ang
pinakamayaman sa lahat ng mayayaman at pinakamasaya
.sa lahat ng maligaya sa buhay na ito

Tunel ng Liwanag

Yaong mga ang espirituwal na kamalayan ay nagising sa
pamamagitan ng naliwanagang mga kaisipan, mabubuting
gawa, mabubuting damdamin, at malalim na pagmumuni-
muni ay maaaring makaramdam ng kanilang pag-alis mula
sa katawan sa huling sandali ng pag-alis sa pamamagitan ng
espirituwal na mata. Sa kanilang paglalakbay sa lupa, ang
yogi ay nagsasagawa ng pagtingin sa lagusan ng espirituwal
na mata sa hangganan sa pagitan ng materya at espiritu, at
sa sandaling umalis sa Daigdig, maaari silang pumasok sa
maliwanag na lagusang ito at lumipat mula sa mundong ito
patungo sa walang hanggang kaharian ng Diyos ng liwanag,
.kagalakan, kapayapaan, at ganap na kalayaan

{Liwanag sa liwanag}

Ang ilawan ng katawan ay ang [espirituwal na] mata

Kung ang iyong mata ay nag-iisa

Kung magkagayo'y mapupuno ng liwanag ang buong
katawan mo

At ang ilaw ay lumiliwanag sa kadiliman, at hindi ito}
{nakikilala ng kadiliman

Ang altruismo ay ang pagdamay sa kalungkutan ng iba,
ang mapalapit sa kanila, ang makipag-usap sa kanila, ang
taos-pusong pagsisikap na aliwin sila sa kanilang kasawian,
ang magalak sa kanilang kagalakan, at ang paggawa ng
ating makakaya upang ilayo sa kanila ang multo ng takot,
.pangangailangan, at pagkabalisa

Ang taong nagtataglay ng diwa ng altruismo ay hindi kumikilos ayon sa limitadong mga kalkulasyon at inaasahan, kundi ginagamit ang kanyang pananaw at mahusay na paghatol at nagpapatuloy sa pagtulong sa kanyang sarili at sa iba, nagpapasalamat sa Diyos para sa tagumpay na kanyang nakamit. Kung siya ay mabigo nang minsan o ilang beses, hindi siya nasisiraan ng loob, bagkus ay nagiging mas determinado, dinoble ang kanyang mga pagsisikap at inuulit ang pagtatangka, nagsasaliksik ng mga bagong ideya at pamamaraan, ginagabayan ng liwanag ng pangangatwiran, at humihingi ng tulong sa Diyos hanggang sa makamit niya ang kanyang layunin at maabot ang kanyang marangal na .layunin

Siya na nagsisikap na mapasaya ang iba ay pinapasaya ng Diyos na may panloob na pakiramdam ng sikolohikal na ginhawa. At kung may mawala man siya para sa kapakanan ng mga taong sinusubukan niyang tulungan, hindi niya ito itinuturing na kawalan dahil bilang kapalit ay nakakamit niya ang kasiyahan at kapayapaan ng isip ng Diyos. Nabubuhay siya upang magmahal, gumawa, magbigay, at maghasik ng mga binhi ng kabutihan at kapayapaan sa mga bukid ng .sangkatauhan

Sinumang lumalampas sa kanyang personal na mundo sa kanyang mga iniisip at damdamin ay nagpapalawak ng kanyang kamalayan, nagpapataas ng kanyang empatiya, at nadarama na ang mundo ang kanyang tahanan at ang sangkatauhan ang kanyang pamilya. Napagtanto niya na ang layunin ng kanyang pag-iral sa mundong ito ay ang baguhin ang kanyang sarili bago subukang baguhin ang iba, dahil sinumang magbago ng kanyang sarili ay tumutulong sa iba na baguhin ang kanilang sarili sa pamamagitan ng halimbawa ng kanyang buhay. Ang mga kilos ay may mas malalim na epekto at mas malalim na epekto sa kaluluwa ng .iba kaysa sa mga salita

Maiikling paghinto

:Ang kinang ng katapatan

Sinusubukan ng ilang tao na takasan ang kanilang mga problema sa pamamagitan ng pagngiti, ngunit ang ganitong uri ng pagtakas ay nangangailangan ng dalisay na konsensya, malaya sa pagkukunwari at panlilinlang. Kapag ang isang tao ay nakikitungo nang tapat sa kanilang sarili at sa iba, at kumikilos nang may kadakilaan at integridad, ang kanilang mga mata ay nagiging malinaw, at isang natatanging ningning ang nagmumula sa kanila—ang hindi .mapagkakamalang liwanag ng katapatan

:Katapatan

Maraming sinasabi ang iba sa ngalan ng katapatan, ngunit hindi mo masasabi sa lahat ang lahat. Kapag nagbibigay ka ng payo at gabay, may mga taong hindi nakakaintindi ng iyong mga salita at walang mapapala sa iyong sinasabi; ito ay isang nasayang na pagsisikap at isang hindi pinahahalagahang pagsisikap. Ang katahimikan sa ganitong mga pagkakataon ay ginto, ngunit hindi ito nangangahulugan ng pananatiling tahimik tungkol sa .pagkakamali

:Pagkakaisa sa sarili

Tunay na kahanga-hanga ang pagkakasundo sa sarili. Alam ng karamihan kung gaano kahirap ang makibagay sa iba, ngunit naisip mo na ba ang makibagay sa iyong sarili? Napakahirap nito, ngunit posible. Kung susuriin mo ang iyong sarili, matutuklasan mong palagi kang hindi magkasundo. Kung hindi mo mahal ang iyong sarili, wala kang mamahalin na iba. At kung ang isang tao ay hindi nakakasundo sa kanilang sarili, paano sila makakasundo sa ?iba

Ang pagkakaisa sa sarili ay mahalaga para sa pagkakasundo sa mundo. Kaya naman, mahalagang pahalagahan at mahalin ang iyong sarili, dahil karapat-dapat ka sa pagmamahal na iyon. Dapat mahalin ang sarili dahil nilikha tayo ng Diyos at pinagkalooban ng marangal na potensyal. Ang pagmamahal sa panloob na sarili, ang kakanyang ito na puno ng mga magagandang katangian, ay nagbibigay-inspirasyon sa marangal na pag-uugali at naglilinis ng isip mula sa mga karumihan at ng puso mula sa .malisya at sama ng loob

:Pag-calibrate ng literary compass

Hindi maaaring linlangin ng isang tao ang kanyang konsensya, bigyang-katwiran ang pagkakamali, o takasan ang mga bunga ng maling pag-uugali, kahit pa maglakbay siya sa ibang planeta. Ang mga resulta ng kanyang mga kilos ay kaakibat nito, at dapat niyang itama ang kanyang landas at i-calibrate ang kanyang moral na kompas upang .ang karayom nito ay laging nakaturo sa tamang direksyon

May mga taong nabubuhay sa pinakamasamang kalagayan ngunit lubos na nakikiisa sa kanilang mga sarili, habang ang iba ay mayroon ng lahat ng pagkakataon at lahat ng kailangan nila ngunit patuloy na nakikipaglaban sa kanilang sarili. Kaya, hindi dapat hintaying magbago ang mga pangyayari. Kumbinsihin ang iyong sarili na ayos ka lang sa kabila ng iyong kapaligiran, na maaaring iba sa iyong .inaasahan

Sinumang magsuko sa mga pangyayari, maghihintay siya na magbago ang mga bagay-bagay, at ang kanyang .paghihintay ay magiging matagal

Sinasabing may isang lalaking matatas sa labingwalong wika, ngunit siya ay napakahirap kaya't hindi niya kayang bumili ng lampara para magbasa. Kaya't pupunta siya sa

isang sulok at uupo sa ilalim ng ilaw sa kalye para magbasa.

Tunay nga, ang paghahangad ay lumilikha ng paraan, lumilikha ng mga pagkakataon, nagpapanibago ng pag-asa, nakakamit ng mga gawain, at tumutupad sa mga hangarin .at pangarap

Ang aktwal na komunikasyon sa mga nakakakilala sa Diyos ay maaaring gawin sa pamamagitan ng personal na pakikipag-ugnayan sa kanila, mapanuring pagbabasa ng kanilang mga isinulat, o malalim at palakaibigang pagninilay-nilay sa kanila. Ang mahalagang puntong dapat tandaan ay naaayon ito sa kanilang kamalayan, na naaayon .sa Diyos

Kapag iniayon natin ang ating kamalayan sa mga dakilang kaluluwang nagmamahal sa Diyos, ang pagkakasundong ito ay unti-unting nagbabago sa ating buhay sa isang kamangha-manghang paraan. Ang pagkakasundong ito ay hindi umaalipin sa kalooban kundi nagpapalawak ng saklaw nito at nagpapalakas ng kapangyarihan nito. Ito ang pagkakaiba ng pagiging kasundo sa mga taong puno ng ego at abala sa kung ano ang maaari nilang makamit, at ang pagiging kasundo sa mga umiibig sa Diyos at sangkatauhan na ang layunin ay magbigay at gisingin ang banal na pag-ibig sa mga kaluluwa ng mga taong kasundo nila. Ang magnetismo ng mga pinagpalang indibidwal na ito ay nagdadala sa atin sa malapit na .pakikipag-ugnayan sa banal na magnetismo

Dapat nating tandaan na habang sinisikap nating matugunan ang ating sariling mga pangangailangan, dapat din nating tulungan ang iba na makuha ang kanilang mga pangangailangan at ibahagi sa mga kapus-palad ang mga magagandang bagay sa buhay na dumarating sa atin. Tandaan natin na tayo ay mahalagang bahagi ng

pandaigdigang pamilya at hindi tayo mabubuhay kung wala
.ang malaking pamilyang ito

Ano kaya ang magiging buhay kung wala ang mga
karpintero, imbentor, magsasaka, at iba pa? Sa
pamamagitan ng pagbibigay at pagtanggap, at pagpapalitan
ng mga serbisyo, nais ng Diyos na isipin at makiramay tayo
sa iba. Isang malaking pagkakamali ang mabuhay para
lamang sa sarili nang hindi isinasaalang-alang ang iba.
Kapag iniisip natin ang ating sariling kaligayahan, dapat din
nating isipin ang kaligayahan ng iba. Hindi natin
kinakailangang ibigay ang lahat ng mayroon tayo para sa
kapakanan ng pandaigdigang pamilya, dahil imposible iyon.
Sa halip, dapat tayong makiramay sa iba at gawin ang ating
makakaya upang tulungan sila at pagaanin ang kanilang
.mga pasanin

May ugnayan sa pagitan ng tagumpay at ng kasiyahan
ng kaluluwa, sa konteksto ng kapaligirang ginagalawan ng
.indibidwal

Ang tunay na tagumpay ay bunga ng pag-uugaling
naaayon sa mga prinsipyo ng katuwiran, at kabilang dito ang
kaligayahan at kapakanan ng iba bilang mahalagang bahagi
ng personal na kasiyahan. Sinumang maglalapat ng
prinsipyong ito sa kanilang materyal, mental, moral, at
espirituwal na buhay ay matutuklasang kumpleto at
.komprehensibo ang kahulugan ng tagumpay

Iba-iba ang pananaw ng mga tao tungkol sa tagumpay
depende sa kanilang mga layunin sa buhay. Paminsan-
minsan, inihahalintulad ito ng ilang tao sa pagnanakaw, na
sinasabi ang mga bagay tulad ng, "Isa siyang matagumpay
na magnanakaw!" Ipinapakita nito na hindi lahat ng
tagumpay ay kanais-nais; ang ating tagumpay ay hindi
.dapat makapinsala sa iba

Isa pang kwalipikasyon para sa tagumpay ay ang pagdadala ng pagkakaisa at positibong resulta, hindi lamang sa ating sarili, kundi dapat din nating ibahagi ang mga .benepisyong iyon sa iba

Ang pagkamit ng tagumpay sa pananalapi ay hindi lamang nangangahulugan ng pagtamasa ng nararapat sa atin; nangangahulugan din ito ng pagkakaroon ng responsibilidad sa moral na tulungan ang iba na lumikha ng mas magandang buhay para sa kanilang sarili. Sinumang may katalinuhan ay maaaring kumita ng pera, ngunit kung mayroon silang pagmamahal sa kanilang puso, hindi nila magagamit ang perang iyon nang makasarili; sa halip, .ibabahagi nila ang mayroon sila sa iba

Ang pera ay nagiging sumpa sa kamay ng mga kuripot at madamot, ngunit ito ay isang biyaya at regalo sa mga .taong may bukas-palad at mabubuting puso

Ang mabubuting kaluluwa ay umaakit sa mabubuting kaluluwa at naaakit sa kanila

Dapat nating matutunang mahalin ang ating kapwa gaya ng ating sarili at tandaan na tayo ay narito sa buhay na ito sa maikling panahon, pagkatapos nito ay lilipat tayo sa ibang mundo na ang antas ay nakasalalay sa antas ng ating pag-iisip at kalidad ng ating mga kilos sa panahon ng .pamamalagi sa mundong ito

Sino ang ating mga tunay na kamag-anak? Para sa isang matalinong tao, ang bawat isa ay isang kamag-anak, at ang bawat isa ay isang "kapwa". Siyempre, ang matalinong tao ay may kakayahang makaunawa at nauunawaan na bagama't ang araw ay sumisikat sa isang piraso ng uling at isang diyamante, ang diyamante, hindi tulad ng uling, ay nagtataglay ng natatanging kakayahang tumanggap at magpaaninag ng liwanag nang napakaliwanag. Dapat

hanapin ng isa ang kasama ng mga taong ang mga iniisip at damdamin ay kasing dalisay ng isang diyamante at dapat maglaan ng oras sa paghahanap ng mga tapat na kaibigan. Ang mga namumuhay nang malinis at tapat ay makakaakit ng mga kaibigang may kalinisan at katapatan, habang ang mga namumuhay ayon sa mababang likas na ugali nang walang pag-unawa ay makakaakit ng mga kaibigang .kapareho niya

Kung pinahahalagahan mo ang matataas na mithiin at matatayog na prinsipyo, ipinapayong iwasan ang pakikisama sa mga taong hindi naniniwala sa mga mithiin at prinsipyong iyon at mga taong nakakalito sa mga iniisip at nakakagambala sa mood, upang ang kanilang mga vibrations ay hindi makababa sa iyong antas ng vibration. Kasabay nito, huwag ibukod ang sinuman sa iyong bilog ng .pag-ibig

Bukod pa rito, ang isang tao ay hindi lamang dapat magbigay ng pagmamahal, kundi dapat din tayong makipagpayapaan, upang saanman sila magpunta, lumikha sila ng pagkakasundo at katahimikan, na pinapaginhawa ang mga nakapaligid sa kanila sa pamamagitan ng kanilang mabait na presensya. Walang sinuman ang gustong lumapit sa isang mabahong skunk—pasensya na sa pananalita—iniiwasan ito ng lahat. Gayundin, ang isang taong kinakabahan, mapusok, at mahilig makipagtalo ay nakakainis at nagtataboy sa iba. Gusto nating maging parang namumulaklak na mga rosas na naglalabas ng matamis na halimuyak na nagpapasaya sa puso. Sikapin nating ipalaganap ang amoy ng kapayapaan at ang simoy ng kabutihan saanman tayo magpunta at saanman tayo .manirahan

Ang kaharian ng Diyos ay wala sa gitna ng mga ulap o sa isang partikular na lugar sa kalawakan. Ito ay lampas sa

kadiliman na nakikita natin kapag ipinipikit natin ang ating mga mata, at kapag tayo ay nagmumuni-muni at nananalangin, ang mata ng espiritu na nasa noo ay bumubukas sa loob natin, at nakikita natin ang isang pinagpalang liwanag at nadarama ang kagalakan na tumatagos sa bawat selula ng katawan, at nararamdaman natin na ang tabing ay naalis na at isang lihim na pinto ang .nabuksan patungo sa kaharian ng Diyos

Ang Diyos ay isang patuloy na nagpapanibagong kagalakan, isang kagalakang sumasaklaw sa lahat. Dapat nating madama ang kaisa ng kagalakang nananahan sa atin .at nakapaligid sa kawalang-hanggan

Sa kabila ng mga hangganan ng vibrational ng siksik na materya ay naroon ang walang hanggan, sumasaklaw sa lahat ng kamalayan, na hindi mailalarawan sa lahat ng kaluwalhatian, kalawakan, at kawalang-hanggan nito. Ito ang kaharian ng langit, isang walang hanggan, walang hanggan, .at walang katapusang kamalayang kaligayahan

Kapag lumawak ang mga pananaw ng kaluluwa, at nararamdaman nito ang presensya nito sa lahat ng dako, .saka ito nakikiisa sa banal na espiritu

Luwalhati sa Walang Hanggan, na nakaluklok sa abot-tanaw, kung saan nagtatagpo ang langit at karagatan At luwalhati sa Kataas-taasang Walang Hanggan, na nakaluklok sa kapayapaan sa loob natin; sa pamamagitan ng pagtuon sa Walang Hanggan sa loob, matatanggap natin ang walang .hanggang kapangyarihan nito

Ang kaalamang nakukuha mula sa pag-aaral ng mga libro o mula sa mga tao ay limitadong kaalaman, samantalang ang kaalamang direktang nakukuha mula sa Diyos ay nagkakaloob ng kapangyarihan ng karunungan, ng

kariktan ng katiyakan, ng katahimikan ng puso, at ng
.kapayapaan ng kaluluwa

O Panginoon, turuan mo akong manalangin nang may malalim na konsentrasyon at pagsamahin ang pagmumuni-muni sa taos-pusong pananabik at hayaang malinis ang aking puso araw-araw ng aking dalisay na pag-ibig para sa .lyo

Paglaya mula sa mga limitasyon ng karma

Ang mga kilos, maging mental o pisikal, may malay o walang malay, ay may partikular na epekto sa buhay ng isang tao. Ang mga nakaraang kilos ay hindi lamang ang mga ginawa araw, buwan, o taon na ang nakalilipas, kundi .pati na rin ang mga kilos mula sa mga nakaraang buhay

Kayo ay patay na, at binigyan Niya kayo ng buhay; pagkatapos ay papatayin Niya kayo, pagkatapos ay bibigyan Niya kayo ng buhay na muli; pagkatapos ay sa Kanya kayo .ay ibabalik

Ang mabuti at masamang epekto ng mga kilos ng isang tao Sa kanyang kasalukuyang buhay, ang mga bakas na ito ay nananatiling nakaimbak sa walang malay o subconscious, at ang mga epektong dala ng isang tao (o dala ng kanyang kaluluwa) mula sa mga nakaraang pagkakatawang-tao ay nananatiling natutulog tulad ng mga buto sa walang malay, naghihintay ng tamang mga pangyayari Upang umusbong at lumago sa isang partikular na karmic time Ang batas ng karma, na nagbabalanse sa mga bagay, ay kinabibilangan ng aksyon at reaksiyon, sanhi at bunga, paghahasik at pag- .aani

Ang bawat tao ay humuhubog ng kanilang sariling kapalaran sa pamamagitan ng kanilang mga iniisip at kilos, at ang mga enerhiyang kanilang pinakakawalan, matalino

man o kahangalan, ay hindi maiiwasang babalik sa kanila bilang kanilang panimulang punto, tulad ng isang bilog na nakumpleto ang sarili nang may perpektong katumpakan [Ang tanong ay] dapat bang harapin ng may kusang naghahanap—laban sa kanilang kalooban—ang hindi maiiwasang mga bunga ng kanilang mga nakaraang kilos, o ang tinatawag na predestinasyon? Ang sagot ay hindi. Ang Diyos ay batas at pag-ibig, at ang naghahanap na bumabaling sa Kanya nang may taos-pusong pananabik at kumpletong pananampalataya, iniaayon ang kanilang mga kilos sa banal na batas, at naghahanap ng walang kundisyong pag-ibig ng Diyos ay walang alinlangang tatanggap ng banal na pagpapala na nagpapagaan ng .mabibigat na pasanin at nagpapabuti ng mga pangyayari

Inilagay tayo ng Diyos sa mundong ito na puno ng mga ilusyon, at alam Niya ang ating pagdurusa at ang mga pagsubok at paghihirap na ating tinitii. Pinalalalim ng mga tao ang panloob na kadiliman ng espirituwal na kamangmangan kapag itinuturing nila ang kanilang sarili na nalulunod sa kasalanan at walang kapangyarihang makatakas sa kailaliman nito. Mas makabubuti para sa kanila na sikaping itama ang kanilang sarili, humingi ng tulong at habag mula sa puso ng banal na awa, umaasa sa kapatawaran mula sa mapagmahal, mahabagin, at .mapagpatawad na Diyos

Kapag napagtanto natin ang ating malapit na kaugnayan sa Diyos, anong karma ang maaaring magbigkis sa atin? Huwag mong hayaang kumbinsihin ka ninuman na ang iyong sakit at mga paghihirap ay bunga ng iyong karma. Bilang isang espiritu sa iyong esensya, wala kang karma. Sa halip, dapat mong mapagtanto ang katotohanang ito sa pamamagitan ng pagpapatibay sa iyong sarili na ikaw ay kaisa ng esensya ng buhay, liwanag, at mga puwersang kosmiko. Kung napagtanto mo ang katotohanang ito, wala

kang dapat ikatakot, at magbubukas ang Diyos ng maraming
pinto para sa iyo at magbibigay sa iyo ng maraming
.pagkakataon

Kung hindi ka komportable sa takbo ng iyong buhay,
baguhin ang iyong pag-iisip at punuin ang iyong mga
pandama ng positibong enerhiya at mararamdaman mo
.mismo ang pagkakaiba

Hindi na kailangang magdalamhati at magdalamhati
ang mga tao sa kanilang mga nakaligtaan, o iugnay ang
kanilang malungkot na kalagayan sa mga pagkakamaling
nagawa nila sa buhay na ito o sa malayong nakaraan,
sapagkat ito ay isang uri ng espirituwal na kapabayaan.
Kailangan nilang kumilos at bunutin ang mga damo mula sa
hardin ng buhay, at pagkatapos ang pinakamatamis at
pinakamasiglang mga bulaklak ay mamumulaklak at
mamumunga ng pinakamasarap at kanais-nais na mga
bunga. Sa pamamagitan ng Kanyang biyaya, ang Kataas-
.taasan

Ang pagpapasakop sa Diyos ay hindi nangangahulugang
hindi paggamit ng ating kalooban upang mapabuti ang ating
mga gawain at paghihintay sa Diyos na ayusin ang ating
mga sitwasyon nang walang anumang pagsisikap sa ating
bahagi, sapagkat tinutulungan ng Diyos ang mga
.tumutulong sa kanilang sarili

Ang punto ay matututo tayong lumapit sa Diyos upang
gabayan ang ating kalooban at pagpalain at palakasin ang
ating mga tamang pagsisikap. Kapag nalampasan natin ang
balakid ng ayaw sumuko, matatagpuan natin sa Diyos ang
proteksyon na walang sinuman sa mundong ito ang
makapagbibigay sa atin, at makakahanap din tayo ng lakas
.na hindi kayang malampasan ng anumang pagsubok

Maaaring magtatag ang lahat ng tao ng isang espesyal na relasyon sa Diyos kung alam nila kung paano buksan ang kanilang puso sa Diyos at hahangarin ang Kanyang banal na .presensya, na nagdudulot ng kagalakan at katiyakan

Kapag ang isang tao ay nakakaramdam ng matinding pangangailangan sa Diyos, dahil alam niyang hindi nila kayang mabuhay nang wala Siya, matutuklasan nila na tumutugon ang Diyos sa iba't ibang paraan. Ngunit kailangan muna nilang linangin ang matinding damdaming .iyon, dahil ang tugon ay hindi kusang darating

Kung hindi natin uunahin ang Diyos sa ating buhay, ang ating kamalayan ay magiging balisa at malilito, at hindi natin magagawang harapin nang lohikal at maayos ang walang .katapusang mga hinihingi ng buhay

At ano ang paraan upang malinang ang pagnanais na iyan? Sa tuwing tayo ay nahaharap sa kasawian o kahirapan, at sa tuwing nakakaramdam tayo ng bigat sa ating mga puso, dapat tayong bumaling sa Diyos at humingi ng tulong sa Kanya, dahil alam nating sinumang umiibig sa Diyos at pinapanatili ito sa kanyang isipan at puso, ang kanyang kalagayan ay bubuti. Ang kanyang kalagayan ay nagbabago .para sa ikabubuti

Kapag hinahalo at hinahalo natin ang eter, Sa pamamagitan ng ating taos-pusong mga panalangin at taos-pusong mga pagsamo, ating makukuha ang diwa ng banal na tugon na naglalaman ng pagkain, pagpapagaling, at .kaligayahan

Para sa mga naghahangad ng espirituwal na pagkain, ang mga nakaraang pagkabigo at pagkabigo ay hindi mahalaga. May mga aral na matututunan mula sa mga ito, at maaaring subukan muli, ulitinang pagtatangka mula sa simula. Garantisado ang tagumpay, sa tulong ng Diyos, para

sa lahat ng hindi pinanghihiinaan ng loob ng pagkabigo, na ang determinasyon ay hindi humihina ng mga trahedya, at naniniwala nang may matibay na pananampalataya na sinusuportahan ng Diyos ang mga nagtitiyaga. Ang mga nasa tamang landas, at binibigyan Niya sila ng pag-asa, lakas, at optimismo, hanggang sa maabot nila ang kanilang .sukdulang layunin at makamit ang layunin ng buhay

Ang pag-iisip ay isang puwersang parang elektrisidad, at ang mga sikolohikal na estado nito ay bumabalik sa pag-iisip .at paraan ng pag-iisip

Ang kuryente ay kapwa kapaki-pakinabang at nakakapinsala; sinumang gumamit nito nang matalino ay ginagamit ito para sa kanilang serbisyo. Kung hindi, maaaring makuryente siya. At gayundin ang iniisip. Kung ito ay itinuro sa tamang landas, ito ay nagdudulot ng kaligayahan sa may-ari nito, kung hindi, ito ay nagdudulot .ng problema

Ang pag-iisip ay parang isang mabangis na kabayo, ngunit ang pagpapaamo nito ay hindi imposible, at ang positibong pag-iisip ay isang paraan upang makontrol ang .pag-iisip

Ang matinong pag-iisip ay isang matalik na kaibigan at ang may sakit na pag-iisip ay isang palaging kaaway

Ang matinong pag-iisip ay umaakit ng kapayapaan at kaligtasan, habang ang hindi malusog na pag-iisip ay nagpapaputok ng mga nakamamatay na palaso na tumatalbog sa may-ari nito nang doble. Kaya nga may kasabihang, "Ang gantimpala ay kapareho ng gawa." Hangga't ang isang tao ay nagpapadala ng mabubuting intensyon, ang kanyang mga iniisip ay magiging mga sulo, na nagbibigay-liwanag sa mga silid ng kaluluwa at nagtataboy sa mga tambak ng kadiliman, upang siya ay

makaramdam ng matinding ginhawa, at ang kanyang mga mata ay magniningning na may ngiti ng kasiyahan! Nawa'y magtagal ang ngiti sa iyong mga mata. At ang kapayapaan .ay sumaiyo

Ang buhay ay parang gilingan na gumiling, mga buto ng mabungang pagsubok at eksperimento, upang gawin ang tinapay ng buhay, parang isang paliko-likong daan, na may malalagong bulaklak sa magkabilang gilid, matingkad na paru-paro, at mga puno na may masasarap na prutas sa kanilang mga sanga, ngunit bihira tayong huminto, tamasahin natin ang tanawin nito at lasapin ang tamis nito; sa katunayan, madalas tayong nalilito, upang maabot ang mas malawak na mga lugar, iniisip natin na may mas kaaya-ayang tanawin kaysa sa ating nakita, ngunit habang unti-unti tayong lumalayo, sa mabulaklak at mabungang mga landas, nakakakita tayo ng mga puno na mas madilim kaysa sariwa, at pagkatapos ay nawawala ang mga bulaklak, at kasama nito, mga paru-paro at mga prutas, para lamang .matagpuan ang ating mga sarili sa tigang na disyerto

Ang buhay ng tao ay parang tubig ng mga dagat, na dinadalisay at nagiging sariwa. Kapag umaakyat ka sa itaas na atmospera, ito ay parang panaginip sa umaga, na lumiliwanag sa pagtanda, dahil ang mga bagay ay tila mas malinaw at mas natatangi. Ito ay parang isang paglalakbay kung saan nagbabago ang tanawin habang tayo ay naglalakbay ng malayo. Pagkatapos, ang parehong tanawin .ay nagbabago habang tayo ay papalapit dito, at iba pa

Hindi binibigo ng buhay ang matatalino, sapagkat hinarap nila ito nang may kahusayan at ninanamnam nang hindi hinahayaang kontrolin sila nito at alisin ang kanilang kalayaan. Halimbawa, nasisiyahan sila sa tubig. Iniinom nila ito at naliligo, ngunit hindi nila hinahayaang malunod sila rito. Nasisiyahan sila sa mga damit na gusto nila. Nang

walang labis na pagsunod sa mga pormalidad at pormalidad na itinuturing na mababaw. Nasisiyahan sila sa pagkain nang hindi hinahayaang lamunin sila ng katakawan, dahil ang labis na pagkain ay nagpapahina sa katawan at nilalamon nito ang mga pananaw at lubusan niya itong sisirain. Kaya, dapat tamasahin ng isang tao ang buhay ngunit hindi .nauubos ang mga pandama sa pamamagitan ng paglulubog

Pakikisama sa iba. Hindi ito nangangahulugan ng pagsang-ayon sa kanila sa lahat ng bagay, o pagsasakripisyo ng mga mithiin para sa kanilang kapakanan, dahil ang ganitong istilo ng pagsunod ay hindi kanais-nais at hindi naaayon sa katotohanan. Hindi sumang-ayon ang mga repormista at mga dakilang tao. Sa napakaraming tao sa kanilang paligid, gayunpaman ay mahigpit silang nanghawakan sa kanilang mithiin, dahil napagtanto nila na .ang kanilang ginagawa ay talagang tama

Una sa lahat, dapat na naaayon ang isang tao sa Diyos, pagkatapos ay sa kanyang konsensya, at pagkatapos ay sa .mga tao

Ang prinsipyo ay hindi dapat ikompromiso at hindi dapat gumamit ng mga lihim na motibo upang makamit ang isang tiyak na layunin, dahil hindi ito angkop sa mga taong may .prinsipyo

Sino ang mamumuhay sa paraang nakalulugod sa Diyos? Huwag manakit ng iba, dahil wala silang dapat ikatakot. Kung ang pamamaraang ito ay hindi nakalulugod sa iba, sapat na para sa isang tao na maging komportable sa loob at makaramdam ng panloob na kapayapaan na siyang .dahilan kung bakit siya malaya sa pagsang-ayon ng iba

Ang lakas at pagnanais ng kaluluwa Sa pagbaling sa Diyos Ito ay tinatawag na espirituwal na magnetismo At sa magnetismong ito Ang kaluluwa ay umaakit ng mga

pagpapala sa sarili nito at mga pinong vibrations At lahat ng
mabubuting karanasan ng tao Na nagpapaalala sa kanya ng
kabutihan at katuwiran

espirituwal na magnetismo. Ito ang kapangyarihang
ginagamit nito upang umaakit at humihila sa tao palapit sa
kanyang sarili. Mabubuting kaibigan at mahahalaga at
mahahalagang bagay. At isang intuitibong pag-unawa sa
mga bagay. Ang kapangyarihang ito ay nagmula sa kaakit-
.akit na magnetikong puwersa ng Diyos

Kandila ng Kapayapaan

Kumuha ng mental pot, punuin ito ng iyong
.kapayapaan

Kunin mo ang bote ng aking damdamin, punuin mo ito
ng Iyong awa

Kunin mo ang aking walang laman na basket ng
kaluluwa, punuin mo ito ng mga bunga ng iyong
.karunungan

Ibuhos mo ang tubig ng iyong pag-ibig sa aking
kaluluwa, ibubuhos ko rin ito sa mga tasa ng kaluluwang
.uhaw

Gibain ang mga pader ng ego. Ilubog mo ako sa iyong
.ganap na presensya

Ang sinag ng bukung-liwayway ng pag-ibig

Hayaan siyang sumilip mula sa bukana ng aking puso

Ipinapaalala nito sa akin ang sikat ng araw ng iyong
pag-ibig

Kumalat sa kalangitan ng aking buhay

Ang nagniningning na liwanag ng iyong pag-ibig ay
sumikat na

Sa aking sarili, at ito ay naliwanagan

Pinuno ng iyong liwanag ang aking espirituwal na
espasyo

Ikaw ang buhay na bumubuhay sa aking katawan

At ang isip na nagbibigay inspirasyon sa aking mga
iniisip

At ang karunungan nag-aalis ng aking kamangmangan

Sinindihan ko ang manipis na kandila ng aking pag-ibig

Para basahin ang ginintuang aklat

Napanatili sa loob ko mula pa noong unang panahon

Ang pag-ibig mo noon at hanggang ngayon

Ang di-nakikitang kandila ng kapayapaan

Na siyang nagtataboy sa dilim at nagpapakita sa akin ng
iyong mga mensahe

Ang blog ay nasa mga pahina ng mga puso

Ihayag ang iyong kaluwalhatian, O Panginoon

Nawa'y mawala ang liwanag ng iyong karunungan

Kamangmangan, alitan, at inggit

Mula sa mga baybayin ng mundo magpakailanman

Gawing kalakasan ang ating kahinaan

At nanghina tayo sa determinasyon

Magkarga ng mahalagang kuryente sa ating mga
katawan

At punuin ang isip at kaluluwa ng iyong
nakapagpapagaling na liwanag

Hawakan Mo ang aming kamay upang hindi kami
malunod sa tubig ng Iyong kapabayaang, at punuin Mo ang
aming pagkatao ng Iyong pagmamahal at karunungan.
Ipadama Mo sa amin na kami ay napakalapit sa Iyo at ang
.araw ng Iyong awa ay laging sumisikat sa amin

Inilalagay ko ang mga bulaklak ng aking bulong-
bulungan at masiglang mga kaisipan

Sa istruktura ng katahimikan

Ang kanyang tahimik na halimuyak ay umaawit

At siya'y umaawit ng iyong mga kaluwalhatian

At sa liwanag ng iyong banal na liwanag

Nakikita ko ang kagandahan ng iyong pag-iral

Natupad ang aking masasayang pangarap

Kapag ang iyong liwanag ay kumikislap sa aking
kaluluwa

Ang mga belo ay nagliliyab sa apoy ng karunungan

Nakikita ko ang iyong kaluwalhatian, at ang aking
kagalakan ay nadaragdagan

Nawa'y liwanagan ka ng Diyos ng Kanyang liwanag

At pagbati mula sa kaluluwa sa iyo

Maraming mga hinihingi at kinakailangan ang
ipinapataw sa atin ng mundo at kinukumbinsi tayo ng

kanilang sukdulang kahalagahan at ang imposibilidad ng pamumuhay nang wala ang mga ito o ang kakayahang mabuhay nang wala ang mga ito. Ngunit ang pangunahing kinakailangan ay ang makamit ang kapayapaan ng Diyos, na ang mga pinagmumulan ay hindi natutuyo at ang bukal ay hindi natutuyo, at siyang nagbibigay ng lasa at kahulugan sa .lahat ng bagay sa buhay

Tandaan natin na ang Diyos ang diwa ng ating pagkatao, at ang pag-ibig ang siyang bintana kung saan natin natatanaw ang Kanyang maluwalhating mukha.
Sinumang nagnanais na madama ang banal na presensya at pagyamanin ang dakilang pananabik na iyon sa isip at gawa, ipagkakaloob ng Diyos ang kanilang kahilingan at tutulungan silang punitin ang mga lambong na pumipigil sa kanila na .makita ang mga pinagpalang liwanag

Sinumang determinadong sumulong sa landas ay hindi mapipigilan ng anuman, ni walang balakid na makakahadlang sa kanya hanggang sa maabot niya ang .kanyang layunin at makamit ang naisin ng kanyang puso

Mga Espirituwal na Perlas at Hiyas

Ang mga nagbubunyag ng mga kahinaan ng iba at nagdudulot sa kanila ng kahihiyan at sama ng loob ay malayo sa karunungan at mahusay na pagpapasya. Dapat nating kamuhian ang kasalanan, hindi ang makasalanan, sapagkat siya ay ating kapatid sa espiritu, sa kabila ng kadiliman ng kamangmangan na bumabalot at nakapaligid sa kanya. Ang layunin ng pagkondena ay dapat na pagpapagaling, hindi pagmamalaki at pananakit. Dapat nating tratuhin ang ating makasalanang kapatid gaya ng nais nating tratuhin kung tayo ang nasa kanyang lugar at .sitwasyon

Sinumang magtago ng mga pagkakamali ng kanyang
kapatid dito sa mundo, itatago rin ng Diyos ang mga
pagkakamali nito sa Kabilang Buhay

Kung paano natin hinuhusgahan ang iba, hinuhusgahan
din tayo ng espirituwal na batas sa parehong antas. Hindi
tayo dapat umasa nang sobra sa iba, ni hindi tayo dapat
laging umasa ng magagandang resulta mula sa sinuman,
.kahit na ginagawa nila ang kanilang makakaya

Maaaring madapa at matisod ang isang tao, ngunit
mananatili siyang ligtas hangga't ginagawa niya ang
kanyang makakaya upang muling umakyat sa hagdan ng
.kabutihan at katuwiran

Araw-araw, dapat nating sikaping pasiglahin ang
pasyente sa pisikal, sikolohikal, o espirituwal na aspeto sa
ating kapaligiran, tulad ng pagtulong natin sa ating sarili o
.sa ating mga kapamilya

Sinumang magsisikap mula ngayon na mamuhay ayon
sa mga banal na batas—sa halip na ang lumang
makasariling buhay na nagdudulot ng kahirapan at
paghihirap—ay matutuklasan na gaano man kababa ang
papel na ginagampanan niya sa buhay, nananatili itong
isang mahalagang papel hangga't ginagampanan niya ang
kanyang tungkulin nang lubusan ayon sa direksyon ng
direktor ng kosmikong dula at ang panginoon ng lahat ng
.ating kapalaran: ang Diyos na Makapangyarihan sa lahat

Kapag nakikipag-ugnayan tayo sa iba nang may tunay
na katapatan, tunay na pagmamahal, at pagsasaalang-alang
sa mga damdamin, magdadala tayo ng mabubuting kaibigan
sa ating buhay nang walang personal na interes o
makasariling kalkulasyon na may kahit kaunting
pagsasaalang-alang; kung hindi, hindi natin makikilala ang
.ating mga tunay na kaibigan

Kinakailangang alisin ang pagkukunwari at
pagkukunwari, at kumilos sa paraang hindi sadyang
.makakasakit sa iba

Ang mga kaibigan ay hindi dapat magalit, maliitin, o
kalabanin, ni hindi sila dapat bigyan ng anumang dahilan
upang magkimkim ng sama ng loob sa atin. Ang mga
kaibigan ay hindi dapat tratuhin nang masama,
pagsamantalahan, o bigyan ng hindi hinihinging payo
maliban kung hinihingi ito. Kapag hinihingi ang payo, dapat
itong ibigay nang taos-puso at may kabaitan, nang walang
takot sa mga kahihinatnan. Ang mga kaibigan ay
nagtutulungan sa pamamagitan ng nakabubuo at kapatid na
.pagpuna

Ang mahihirap na karanasan sa buhay ay hindi
dumarating upang paralisahin ang ating kalooban at talunin
tayo, kundi upang patalasin ang ating determinasyon at
palakasin ang ating pananampalataya sa Diyos at ang ating
tiwala sa sarili. May mga taong nagkakamali sa paniniwala
na ang mga karanasan at hamong ito ay hindi
malalampasan na mapanirang puwersa, kaya't sumusuko
ang mga ito. Ang isang malusog na pag-iisip ay mahalaga sa
pagpapagana ng ating panloob na lakas upang epektibong
.harapin ang buhay at ang mga pagsubok nito

Kung ang isang tao ay hindi makikipagkumpitensya sa
isang taong mas malakas kaysa sa kanila, hindi sila
magiging malakas. Gayundin, kapag hinarap natin ang ating
mga paghihirap nang may katapangan at katatagan ng loob,
.tayo ay nagiging mas malakas at mas matatag

Ang ating mga isipan ay mahalagang bahagi ng
sumasaklaw-sa-lahat na kamalayan ng Diyos. Sa ilalim ng
alon ng ating kamalayan ay naroon ang karagatan ng
Kanyang walang hanggang kamalayan. Kapag nalilimutan ng
alon na ito ay bahagi ng mas malawak na karagatan,

inihihiwalay nito ang sarili mula sa kapangyarihang iyon ng karagatan. Bilang resulta, ang mga isipan ng mga tao ay nanghihina dahil sa mga limitasyon sa materyal at hindi na may kakayahang mabungang paggawa at masaganang produksyon. Kapag ang mga isipan ay nag-aalis ng alikabok ng kamangmangan at sinira ang mga tanikala na nagbubuklod sa kanilang mga kapangyarihan, sila ay magiging mas may kakayahang maging malikhain at .positibong makipag-ugnayan sa buhay

Kapag mahigpit kang kumapit sa isang partikular na ideya at pinupuno ito ng matibay na kalooban, ang ideyang iyon ay nagiging isang dinamikong puwersa. At kapag ang pag-iisip ay naging dinamiko, maaari itong lumikha ng tamang kapaligiran para sa tagumpay, ayon sa hindi .nakikitang mapa na iginuhit sa isipan

Nabibigo ang mga tao dahil sumusuko sila sa malupit na sitwasyon sa buhay nang hindi nilalabanan ang mga ito, sa .halip na labanan ang mga ito nang hindi sumusuko

Kinakailangang sanayin at buhayin ang lakas ng loob

Ang mga pumapasok sa santuwaryo ng katahimikan ay maaaring makipag-ugnayan sa espirituwal sa ibang mga kaluluwang nagmamahal sa Diyos, at mauunawaan nila ang .wika ng mga rosas at lahat ng nabubuhay na nilalang

O Panginoon, maging tanging Hari na nakaluklok sa aking pag-ibig at pananabik

Ang mga nagmumuni-muni ay nakararanas ng malalim na pakiramdam ng kapayapaan, at ang panloob na katahimikang ito ay dapat mapanatili kahit na kasama ang iba. Ang natututuhan ng isang tao sa pagmumuni-muni ay dapat isagawa sa pang-araw-araw na gawain at pakikipag-

ugnayan sa iba, nang hindi pinapayagan ang sinuman na
.manggulo sa kapayapaan o katahimikan ng isang tao

Kapag gusto mong lumikha ng isang magandang ugali o
alisin ang isang masamang ugali, ituon ang pansin sa mga
selula ng utak kung saan matatagpuan ang mga mekanismo
.ng iba't ibang gawi

Para makapagtatag ng isang mabuting ugali, umupo
muna nang tahimik at magnilay-nilay, humingi ng tulong
mula sa Diyos. Ituon ang iyong isip sa sentro ng lakas ng
loob, na matatagpuan sa noo sa pagitan ng iyong mga kilay,
at matatag na pagtibayin ang ugali na nais mong itanim sa
iyong utak. Kapag gusto mong alisin ang masasamang gawi,
ituon din ang iyong atensyon sa sentrong ito ng lakas ng
loob at matatag na pagtibayin na ang lahat ng ugat kung
saan nakaugat ang mga gawi na iyon ay nabubura. Sa
pamamagitan ng pokus at lakas ng loob, mabubura mo kahit
ang pinakamalalim na ugat ng malalim na nakaugat at
lumang mga gawi. Tiyakin sa iyong sarili nang paulit-ulit na
mayroon kang sapat na lakas ng loob upang maalis ang mga
.hindi malusog na gawi mula sa rehiyon ng utak

Ang pinakaangkop na oras para sa ganitong
pagpapatibay ay maagang umaga kapag ang kalooban at
.atensyon ay alerto

Patuloy mong pagtibayin sa iyong sarili na malaya ka na
sa lahat ng utos at balang araw ay matutuklasan mo na - sa
tulong ng Diyos - napalaya mo na ang iyong sarili mula sa
.bisyo na gusto mong alisin

Anuman ang iyong kinatatakutan, alisin mo ang iyong
mga iniisip at ipaubaya ito sa Diyos. Palakasin ang iyong
pananampalataya sa Diyos at magtiwala na kaya ka Niyang
.tulongan

Maraming pagdurusa ang nagmumula sa pag-aalala at pagkabalisa. Bakit ka pa magdurusa kung ang iyong kinatatakutan ay hindi pa nangyayari? Isipin ang liwanag ng Diyos na nakapaligid sa iyo sa lahat ng panig, at mararamdaman mo ang Kanyang kamangha-manghang .proteksyon

Dahil karamihan sa ating mga pagkabalisa ay nagmumula sa takot, kung aalisin natin ang takot sa ating buhay, makakaramdam tayo ng kalayaan at ang paggaling ay agad na magaganap. Tuwing gabi, bago matulog, tiyakin sa iyong sarili na ang Diyos ay kasama mo, pinoprotektahan .at binabantayan ka

Sa kosmikong dramang ito, ginagampanan ng mga tao ng lahat ng lahi ang kwento ng buhay sa entablado ng panahon. Dapat nating maunawaan ang kahulugan ng buhay nang hindi labis na nagiging abala o labis na nahuhumaling .sa ating mga panandaliang tungkulin

Ang ating pananaw sa buhay ay kadalasang baluktot at lihis dahil tumitingin tayo gamit ang mga matang makasarili at limitado ang abot-tanaw. Kung titingnan natin gamit ang mata ng kaluluwa, makikita natin ang mga bagay-bagay .mula sa isang ganap na kakaibang pananaw

Kapag binuksan natin ang mata ng karunungan, nakikita natin ang sumasaklaw sa lahat ng liwanag ng Diyos, at sa liwanag na iyon ay nakikita natin ang ating espirituwal na kalikasan, na isang repleksyon ng kalikasan ng pangkalahatang kamalayan na tumatagos sa lahat ng mga .partikulo at bahagi ng sansinukob

Ang mga espirituwal na katotohanan ay nakapalibot sa atin, kumakatok sa mga pinto ng ating nakapikit na mga mata, hinihimok tayong makita ang liwanag sa halip na kadiliman, kumilos nang may karunungan sa halip na

kamangmangan, punuin ang ating mga puso ng pagmamahal sa halip na poot, at makipagtulungan sa pagtatatag ng kapayapaan at pagdadala ng kasaganaan at seguridad sa ating mundo. Kapag ginawa natin iyon, ang kamangmangan ay maglalaho, ang mga pagkakaiba sa sitwasyon ay maglalaho, makakakita tayo ng pagkakaisa sa senso, at tayo ay magiging mas naaayon sa banal na .kalooban

Ang ating relasyon sa Diyos ay hindi isang malamig o walang pagmamahal, tulad ng sa pagitan ng isang employer at isang empleyado. Tayo ang Kanyang pamilya, ang Kanyang pangangalaga sa atin ay palagi, at lagi Niya tayong pinakikinggan. Tayo ay mahalagang bahagi ng Kanyang pagkatao, at ang ating relasyon sa Kanya ay buhay at .masigla

Pinagkalooban tayo ng ating Lumikha ng walang-sawang kayamanan ng pagmamahal, pang-unawa, pananaw, mabuting kalooban, at espirituwal na lakas, ngunit karamihan sa atin ay nilustay ang kayamanang ito sa wala. Nais ng Diyos na mamuhay tayo nang may seguridad, kapayapaan, at palakaibigang kooperasyon, na nararapat sa isang marangal at mapagmahal na pamilya, ngunit ang kasakiman at makasariling mga kalkulasyon ay nag-ugat sa .ating mga puso at naghasik ng alitan sa atin

Nais ng Diyos na tayo ay maging mga panginoon, ngunit pinili nating maging mga alipin

Ang tao ay naligaw nang malayo mula sa kanyang makalangit na tahanan at nawala ang panloob na paraiso ng pakiramdam na malapit sa Diyos at ang Diyos na malapit sa kanya, at hindi niya mababawi ang paraisong iyon nang .walang personal na pagsisikap

Nilikha tayo ng Diyos ayon sa Kanyang wangis, ngunit ang katotohanang ito ay nakaligtaan sa ating mga isipan. Nabigo tayo sa ilusyon na ang ating kapalaran ay kahirapan at ang ating kapalaran ay pagkalipol. Kailangan nating punitin ang lambong ng ilusyon gamit ang punyal ng karunungan upang makita ang nagniningning na .katotohanan sa likod nito

?Sino tayo at ano ang tunay nating pagkatao

Ang mga tao ay may malinaw na pagkakaiba, maging sa kanilang sikolohikal o emosyonal na kayarian, ang mga papel na ginagampanan nila sa buhay, ang trabaho at mga aktibidad na kanilang hinahangad, o ang mga hangarin na kanilang nararamdaman. Ngunit sa ilalim ng lahat ng pagkakaibang ito ay nakasalalay ang dalawang bagay na gusto at kailangan ng bawat tao nang walang pagbubukod.

Ang isa ay kalayaan mula sa lahat ng uri ng sakit at kagustuhan. Ang isa pa ay ganap at pangmatagalang kaligayahan—ganap na kasiyahan, kung saan nananatili ang .kapayapaan, pag-ibig, karunungan, at kagalakan

Sa katotohanan, ang pinagsisikapan ng mga tao na makamit ay ang Diyos, gamitin man nila ang pangalang iyon o hindi. Sinasabi ng mga pantas na ang Diyos ang diwa ng kaligayahan at ang diwa ng kaligayahan. At hindi makakaranas ng ganap na kasiyahan ang isang tao maliban kung direktang humuhugot mula sa kosmikong pinagmumulan. Ito ay isang mahalagang punto para .maunawaan ang kalagayan ng tao

Ngunit saan nga ba hinahanap ng mga tao ang kanilang ?hinahanap

Hinahanap lamang nila ito sa mga makamundong bagay: sa mga ari-arian, mga panlabas na kalagayan, at mga relasyon sa ibang tao. Ngunit imposibleng matagpuan

ito sa anumang bagay, sinuman, o anumang pangyayari sa .mundong ito, dahil sa mismong kalikasan ng paglikha

Ang paglikha ay batay sa prinsipyo ng dualidad.

Imposibleng magkaroon ng isang larawan sa iisang kulay lamang, dahil walang paraan para mabuhay nang wala ang kabaligtaran nito. Gayundin, imposible para sa anumang aspeto ng pag-iral na umiral nang hiwalay sa dualidad.

Gayunpaman, sa pagsusuri sa mga pagnanasang nag-uudyok sa mga tao, natutuklasan natin na ang bawat isa sa atin ay nagnanais lamang ng mabuti, kaaya-aya, maganda, at positibong mga bagay, nang walang kahit kaunting pagnanais na harapin ang anumang hindi kanais-nais o hindi .kanais-nais. Ngunit imposible iyon

Sa dualistikong mundong ito, walang kasiyahan kung walang sakit, walang liwanag kung walang kadiliman, walang mabuti kung walang kasamaan, walang buhay kung walang kamatayan. Ang dalawang panig ng barya ay hindi mapaghihiwalay. Nangangahulugan ito na ang mga bagay na ating hinahangad sa kaibuturan ng ating sarili ay hindi .makukuha mula sa mundong ito

Naghahanap ang mga tao—oo, buong lakas silang naghahanap—ngunit hindi nila mahanap ang kanilang hinahanap, na nagdudulot ng kawalan ng pag-asa at kawalan ng pag-asa. Hindi lamang ito humahantong sa kawalan ng pag-asa kundi pati na rin sa matinding sama ng loob at matinding galit, at dahil dito ay sa mga kilos ng karahasan. Nangyayari ang lahat ng ito dahil hindi nila hinahanap ang kanilang hinahanap sa tamang lugar, at dahil dito, hindi nila matatagpuan ang ninanais ng kanilang mga .puso

Ang mga tao sa ating panahon ay hindi gaanong nakakaalam tungkol sa kahulugan at layunin ng buhay, at .samakatuwid ay nagdurusa sila sa kalituhan at pagkalito

Likas sa mga tao na ang mga tao ay may layunin. Kung wala silang layunin sa buhay, at kung ang kanilang mga isip, enerhiya, kalooban, at emosyon ay hindi nakadirekta sa positibo at nakabubuo na paraan, sila ay babaling sa mga mapaminsalang landas tulad ng pag-abuso sa alkohol at droga, paggamit ng karahasan, at iba pa. Ang pangunahing layunin ng buhay ay ang pagkilala sa Diyos at tungkulin ng mga indibidwal na pag-isahin ang kanilang mga tungkulin at panlabas na gawain sa pamamagitan ng matuwid na mga kilos, mabubuting pananaw, positibong saloobin, at kapaki-pakinabang na paggamit ng kanilang mga emosyon

Ang dalawang aspeto ng ating kalikasan—ang panloob o espirituwal na aspeto at ang panlabas na aspeto—ay hindi magkasalungat kung nauunawaan nang tama. Bagkus, sinusupportahan nila ang isa't isa at tinutulungan tayong mapaunlad at mapahusay ang ating pisikal, sikolohikal, emosyonal, at espirituwal na kakayahan at potensyal

Ang mga tao ay nabubuhay sa isang malaking kawalan, walang intelektwal na estimulasyon o sikolohikal na estimulasyon. Nakakaramdam sila ng pagkabagot dahil sa kawalan ng layunin at kawalan ng anumang bagay na maaaring magbigay ng halaga at kahulugan sa kanilang buhay. Ang karaniwang tao ay maaaring gumana at kumilos na parang sila ay malusog sa sikolohikal at mental na aspeto, ngunit masaya ba sila

Ang pangunahing layunin ng buhay ay ang malaman kung sino tayo at kung ano ang ating tunay na kalikasan. Kung bibigyan natin ng atensyon ang mas malalalim na aspeto ng buhay, tiyak na makakaramdam tayo ng kaligayahan, dahil ang kaligayahan ng tao ay nauugnay sa pakikipag-ugnayan sa espirituwal na sarili, na kung wala ito ay walang pag-iral o pagkatao ang isang tao

Ang takot sa pagkabigo o sakit ay napapaunlad sa pamamagitan ng patuloy na pag-iisip tungkol dito hanggang sa ang ideya ng pagkabigo ay tumagos mula sa malay na isip patungo sa subconscious at kalaunan ay umabot sa mas mataas na kamalayan. Pagkatapos, ang takot, na nakaugat sa subconscious at mas mataas na kamalayan, ay nagsisimulang dumami at lumago hanggang sa mapuno nito ang malay na isip ng mga damo ng takot na hindi kasingdali ng unang pag-iisip kapag ito ay sumibol. Ang mga mapaminsalang damong ito ay kalaunan ay nagbubunga ng nakalalason at nakamamatay na bunga. Sa kabutihang palad, ang mga ugat nito ay maaaring maalis mula sa loob sa pamamagitan ng matinding pagtuon sa lakas ng loob at pagtanim sa kamalayan ng lubos na pananampalataya sa Diyos at na kaya Niyang tulungan ang mga nais tulungan ang kanilang sarili at protektahan sila mula sa .kapahamakan

Noong unang panahon, isang maliit na bula ang lumulutang sa ibabaw ng dagat, nag-iingat sa mga bagyo at kidlat, nang marinig niya ang isang tinig na bumubulong sa "kanya: "Maliit na bula ng buhay, anong problema mo

Hindi mo ba alam na bahagi ka ng karagatan ng buhay?

Lumingon ang maliit na bula sa paligid at napagtanto ang .katotohanang iyon

Ang kamalayan ng tao ay lumulutang na parang isang maliit na bula Sa ibabaw ng dagat ng kosmikong kamalayan, iniisip na ito ay pansamantalang bula, nanginginig sa takot sa sakit, kahirapan, at kamatayan Oh bula, natatakot ka ba sa karagatan? Tumingin sa paligid, magmasid nang mabuti Ilipat ang iyong pananaw mula sa iyong agarang kapaligiran patungo sa walang hanggang kaharian ng Diyos Humilig nang mas malalim, palawakin ang iyong pang-unawa, upang malaman at makatiyak ka Na ikaw ay kaisa ng Kanyang

malawak na dagat, at ang Diyos ay sumasaiyo
Pinoprotektahan ka Niya, inaalalayan ka Niya, ngayon at
.magpakailanman

Pag-iwas sa mga bitag at patibong

Sa tuwing nakakaramdam ka ng matinding pagnanais sa
iyong puso na naghihikayat sa iyo na tuparin ito, gamitin ang
pag-unawa at tanungin ang iyong sarili, "Ito ba ay isang
mabuting pagnanais na maaaring matupad, o isang
masamang pagnanais na hindi dapat igalang?" Ang mga
hindi malusog na materyal na pagnanasa ay hinihikayat ang
ating masasamang gawi sa pamamagitan ng pagbibigay sa
atin ng mga maling pag-asa at mapanlinlang na kaligayahan.
Sa ganitong mga pagkakataon, ang kapangyarihan ng pag-
unawa ay dapat gamitin upang ibunyag ang katotohanan.
Ang masasamang gawi ay humahantong sa kalungkutan.
Kapag ang kanilang tunay na kalikasan ay nalantad,
nawawalan sila ng kapangyarihan upang mabitag ang isang
tao sa mga bitag ng pagdurusa at mga patibong ng
.paghihirap

Mga repleksyon at kwento

Sa buhay at kamatayan, sa mga kalungkutan at
kalamidad, ang aking pananampalataya sa Iyo, O Panginoon,
ay nananatiling malakas at hindi natitinag, matatag at hindi
natitinag

Ang bawat hininga ng aking pananabik at pagsusumamo
ay nagbubukas ng mga pinto at bintana sa aking kaluluwa
.kung saan ako patungo sa kaligayahan ng Diyos

Kung paanong sumisikat ang araw sa mga
pinakamasisikip na lugar, makikita ko rin ang mga sinag ng
banal na pag-ibig sa lahat ng aspeto ng aking buhay at
.pang-araw-araw na gawain

Pagpalain mo ako, O Panginoon, upang magising ko ang
aking kaluluwa sa buhang-liwayway at madala ito sa iyong
pinagpalang pintuan

Ang kwento ng usang musk

Ang musk ay isang mahalagang sangkap na may
matapang na halimuyak, na matatagpuan sa pusod ng musk
.deer na naninirahan sa mataas na Himalayas

Kapag ang usa ay umabot sa isang takdang edad, ang
nakabibighaning musk ay magsisimulang tumagas nang
palihim mula sa pusod nito, at ang usa ay nababalisa sa
kaakit-akit na halimuyak na iyon at nagsisimulang sumayaw
at hanapin ang pinagmumulan ng kaaya-ayang amoy na
.iyon

Palipat-lipat ito ng lugar, sumisinghot sa pagitan ng mga
bato at sa ilalim ng mga puno, hinahanap sa lahat ng dako
.ang pinagmumulan ng kapanapanabik na amoy na iyon

Sa huli, siya ay nagagalit, mas nababagabag, at
nababalisa kapag siya ay nawawalan ng mga salita at hindi
mahanap ang kanyang hinahanap nang may pananabik at
.pagmamahal

Sa huling pagtatangka na maabot ang pinagmumulan
ng musk, tumatalon ito mula sa matatayog na mabatong
bangin patungo sa malalim na lambak upang harapin ang
kanyang kapalaran at kamatayan, kung saan nahuli ito ng
mga mangangaso at nakuha ang musk sac o glandula mula
.rito

Kaugnay nito, isa sa mga naliwanagang makata ang
:bumigkas ng isang bagay na ganito ang kahulugan

!O usang musk, ikaw na hangal

?Bakit ka nagdurusa? Bakit ka walang tulog

Makukuha ang musk na ito

!Gamit ang sako ng tiyan mo, tanga

Kahit na hawakan mo gamit ang iyong ilong

Sa iyo nagmumula ang lihim na halimuyak

Nanalo ka sana sa inaasahan mo

At nabuhay ka nang hindi gumagastos

Hindi ba ninyo naiisip, mga kaibigan ko, na karamihan
sa mga tao ay kumikilos na parang usa? Palagi at walang
hanggan silang naghahanap ng kaligayahan kahit saan sa
.labas ng kanilang mga sarili

Oo, hinahanap nila ang kaligayahan sa paglalaro, at
pinapakawalan ang kanilang sarili sa mga pagnanasa at
pagnanasa. Inaakyat nila ang madulas na landas ng
kayamanan hanggang sa tuluyan silang tumalon mula sa
mga bangin ng matataas na pag-asa patungo sa mga bato
ng pagkabigo at kabiguan kapag hindi nila mahanap ang
tunay na kaligayahang nakaimbak sa pinakamalalim na
.kaibuturan ng kanilang mga kaluluwa

Kung ibabaling natin ang ating mga iniisip sa loob, at
magninilay nang malalim, matatagpuan natin sa
katahimikan ng kaluluwa ang pinagmumulan ng tunay at
.pangmatagalang kaligayahan na ating hinahanap

Hindi tayo dapat maging katulad ng usang musk, na
namamatay sa paghahanap ng kaligayahan sa mga maling
lugar. Sa halip, dapat tayong maging mapagmatyag at
sikaping hanapin ang kaligayahan sa loob ng ating sarili,
.hindi sa labas ng ating sarili

Ang Kwento ng Butones

Minsan, may isang lalaki na lumapit sa akin at
nagsabing mayroon siyang malalang sakit sa puso, at
:idinagdag pa

Marami na akong sinubukan, pero hindi ko maalis ang"
"sakit ng puso ko

Matapos mag-isip nang mahinahon, hiniling ko sa kanya
na bigyan ako ng gunting. Tiningnan niya ako nang
:nanginginig at sinabing

"?May balak ka bang hiwain ang puso ko, ginoo"

Tumawa ako at sumagot, "Hindi ako doktor. Nakarinig
ka na ba ng taong gumagamit ng gunting para sa
"!operasyon

Sa wakas, nag-aatubili siyang kumuha ng gunting, kaya
pinutol ko ang isa sa mga butones ng kanyang amerikana at
sinabihan siyang huwag nang manahi ng isa pang butones
kapalit nito, at huwag niyang ilagay ang kanyang kamay sa
bahaging nawawala ang butones. Sinabihan ko rin siyang
bumalik sa akin pagkatapos ng dalawang linggo, at
.inaasahan kong gagaling siya sa panahong iyon

Tumawa ang lalaki at sinabing, "Gagawin ko ang hiniling
mo dahil nagtitiwala ako sa iyo, ngunit sa palagay ko ito ang
"!pinakakakaibang gamot na nireseta sa akin

Pagkalipas ng dalawang linggo, tumakbo siya papunta
:sa akin at, gulat na gulat, ay nagsabi

Tiniyak sa akin ng mga espesyalista na gumaling na"
ako sa sakit sa puso. Kaya, alang-alang sa Diyos, ano ang
ginawa mo? Nakabunot ka ba ng dyini mula sa isang
"?butones

Sumagot ako nang nakangiti: "Oo! Ang kamay mo ay
palaging naglalaro sa butones, at ang butones ay nakahanay
"sa puso

Ang butones na iyon ang dyini na nagdudulot ng sakit sa
puso mo. Kaya pinutol ko ang butones at sinabihan kang
huwag itong ibalik o ilagay ang kamay mo sa puso mo. Sa
ganoong paraan, mawawalan ng pressure ang puso mo at
!hindi ka na masasaktan

Mabilis ang lahat ng bagay, at ang mga tao ay abala sa
maraming bagay. Natural lang, mas mabuting umani ng
biyaya ng mundo kaysa mag-aksaya ng oras, hayaang
lumipas ang panahon at mauwi sa kawalan. Ngunit ang
dapat anihin ay ang pinakamayamang ani sa buhay: ang
paglapit sa Diyos at pagkilala sa Kanya. Ang tanging paraan
upang makamit ang tunay na kaligayahan ay ang makamit
ang isang bagay sa mundong ito at ang makamit din ang
.espirituwal na tagumpay

Ang mga nakakakilala sa Diyos ay hindi nagsisimula ng
kanilang pang-araw-araw na tungkulin bago muna magnilay-
nilay sa Diyos at punuin ang kanilang mga isip at katawan
.ng pinagpalang banal na enerhiya

Ang maraming pangangailangan ng mundo ay maaaring
makahadlang sa mga naghahangad ng kanilang mga
espirituwal na layunin at makaligtaan sila mula sa kanilang
napiling landas. Ngunit ang mga may matibay na
determinasyon ay hindi hinahayaang may anumang bagay
na magtulak sa kanila palayo sa kanilang landas; sila ay
nagtitiyaga nang may determinasyon anuman ang mahirap
.o masamang kalagayan

Kahit ano pa ang ibigay sa atin ng mundo, hindi nito
masisiyahan ang pananabik ng ating mga puso, na
naghahangad ng isang bagay na mas matatag, mas

mahalaga, at mas mahalaga kaysa sa lahat ng kayamanan
.at kayamanan ng mundo

Kapag ang isang tao ay namatay—nawa'y mabuhay ka
nang matagal—walang kapangyarihan sa mundo ang
makakagawa ng anuman para sa kanila Sino ang
makakatulong sa atin pagkatapos nating lisanin ang
mundong ito? Diyos Kaya naman, dapat nating laging
tandaan na ang mundong ito ay pansamantalang hintuan
lamang sa ating paglalakbay patungo sa ating makalangit na
tahanan, kung saan tayo ay mabubuhay magpakailanman sa
.piling ng Pinakamaawain

Ang labis na kayamanan ay hindi garantiya ng
kalusugan, kapayapaan, at bisa, ngunit ang pagkamit ng
kapayapaan at bisa ay hahantong sa balanseng tagumpay
.sa parehong espirituwal at materyal na antas

Karamihan sa mga tao ay nagkakaroon ng kahusayan sa
pag-iisip upang makamit lamang ang materyal na tagumpay.
Ngunit kapag ang isang tao ay naging panginoon ng
kanyang sarili at pinamamahalaan ang kanyang mga
sikolohikal na kapangyarihan at kumikilos alinsunod sa banal
na plano, ang kanyang buhay ay pagpapalain, at matitikman
niya ang nektar ng espiritu habang narito sa mundong ito.
Hindi na siya magiging bilanggo ng mga gawi at pagnanasa,
kundi ang kanyang kamalayan ay mababago tungo sa puso
ng banal na presensya, at siya ay mananahan doon na
nagtatamasa ng mga panibagong kasiyahan na hindi
.mailalarawan

Ang katawan ang pinakadakilang parmasya

Natuklasan ng mga mananaliksik sa medisina na kapag
nakakaranas tayo ng labis na kagalakan, ang katawan ay
gumagawa ng mga antidepressant at iba pang mga sangkap
na nagpapababa ng stress na kasinglakas at kasing epektibo

ng mga inireseta ng mga doktor. Ang katawan ang pinakadakilang parmasya sa Mundo, na may kakayahang gumawa ng tamang bagay sa tamang oras kapag tayo ay naaayon sa espirituwal na balanseng inilagay ng Diyos sa .loob natin

Hindi lahat ng stress ay nakakapinsala; ginigising ng stress ang mahalagang enerhiya na dumadaloy sa ating mga katawan at pinasisigla ang aktibidad at paggalaw. Ipinakita ng mga pag-aaral na ang makatwirang dami ng stress ay .kapaki-pakinabang

Ngunit ang problema ay lumilitaw kapag ang stress ay lumampas sa isang malusog na antas

Bawat isa sa atin ay may personal na limitasyon sa stress, at kapag lumampas sa limitasyong iyon, tayo ay nagiging mas stressed kaysa sa nararapat, at maaaring hindi natin ito namamalayan hanggang sa magsimulang lumitaw .ang mga problema sa katawan, emosyon, at isipan

Ang buhay kasama ang Diyos ay kagalakan at kaligayahan, samantalang kung wala ang Diyos ay may pagkabalisa, kaguluhan, kahirapan, at maging sakuna. Kaya paano tayo makakatagpo ng kapayapaan at katahimikan sa isang buhay na pinangungunahan ng mga kalamidad at trahedya, at makapagdudulot ng kaunting kaligayahan sa ?mundong ito

Ang unang kailangan ay ang maging mulat sa mga pressure ng buhay kapag tayo ay nasa ilalim ng .impluwensya ng mga ito

Ang Diyos ay Marunong at Nakakaalam ng Lahat, at pinagkalooban Niya ang ating mga katawan ng mga senyales tulad ng ginhawa, kakulangan sa ginhawa, katahimikan, at pagkabalisa, at dapat nating bigyang-pansin

ang mga senyales na ito. Mayroong banal na katalinuhan sa loob ng ating mga katawan na sumusubok na sabihin sa atin ang isang bagay, at dapat nating pakinggan ang mga mensaheng ito sa mga oras ng stress o pahinga. Kapag nakakaramdam ka ng stress, ituon ang iyong isip sa bahagi ng iyong katawan na nakakaranas ng stress, pagkatapos ay huminga nang malalim at, kasabay nito, dahan-dahang intensine ang bahaging iyon hanggang sa ito ay manginig. Pagkatapos ay magrelaks at bitawan ang tensyon. Makakatulong ito na mapanatili ang masigla at mahalagang balanse sa katawan at protektahan ito mula sa mga .mapaminsalang epekto ng stress

Maaari rin nating pamahalaan ang emosyonal na stress sa pamamagitan ng paghinga. Kapag nakakaramdam ka ng takot o anumang iba pang mapaminsalang emosyon, huminga nang dahan-dahan, malalim, at ritmo nang ilang beses, na hinahayaan ang iyong katawan na magrelaks sa bawat pagbuga ng hangin. Makakatulong ito na mapabagal ang mabilis na tibok ng puso, maibalik ang normal na sirkulasyon ng dugo, mapadali ang daloy ng mahalagang enerhiya sa iyong mga nerbiyos, at makakatulong na .pakalmahin ang iyong isip at linawin ang iyong mga iniisip

Ang buhay ay hindi isang emergency; ito ay isang magandang banal na pagpapahayag, at dapat natin itong tamasahin. Tandaan natin na ang isang ngiti ay isang kapangyarihan; kung hindi natin ito gagamitin, mawawala sa .atin ang isang mahalagang aspeto ng buhay

Ang mga tao ay mga kaluluwa na may mga emosyon at damdamin, at mayroon silang katawan na kanilang isinusuot na parang damit o panlabas na amerikana. Ngunit hangga't nabubuhay tayo sa antas lamang ng katawan at mga emosyon, mahuhulog tayo sa ilalim ng negatibong .impluwensya ng stress at tensyon

Kapag tayo ay naaayon sa ating esensyal na kalikasan, na siyang espiritu, ang kagalakan ng espiritu ay dumadaloy sa puso at nagiging pag-ibig. Ang pagdadama sa pag-ibig na ito, na konektado sa kapayapaan at katahimikan ng kaluluwa, at pagkilos at pakikipag-ugnayan sa ilalim ng maayos na impluwensya nito, ang pinakaangkop na paraan upang mamuhay nang natural sa isang mundong puno ng tensyon at kontradiksyon. Ang pakikipag-ayon sa .kagalakang ito ang solusyon sa mga problema ng buhay

Paalala: Tungkol sa pahayag na: "Ang katawan ay gumagawa ng antidepressant at iba pang mga sangkap na nagpapababa ng stress at tensyon, na hindi gaanong mabisa at epektibo kaysa sa mga inireseta ng mga doktor," hindi ito payo na huwag nang gamitin ang medikal na payo at reseta, .kaya naman kailangan ang paglililaw

Mga ekwasyon ng magnetiko

Isang taong may malakas na presensya at masasamang tendensiya + isang taong mabait ngunit mahina ang loob = ang masamang magnetismo ay nangingibabaw kaysa sa kabaitan

Ang taong mahina ang loob na may masasamang tendensiya + ang taong matigas ang loob na may mabubuting tendensiya = ang magnetismo ng kabutihan ay natatalo ang masama

Mahinang espirituwal na magnetismo + masamang biomagnetismo = malakas na masamang magnetismo

Malakas na kalakasan sa moral + mahinang kalakasan sa moral = mas malakas na kalakasan sa moral

Ang taong galit at marahas + ang taong mahinahon at mabait = ang magnetismo ng galit ay nangingibabaw kaysa sa kahinahunan

Malakas, balanse, at kalmadong ugali + ugali na minsan
ay may tendensiyang maging kawalang-kasiyahan =
nangingibabaw ang pang-akit ng katahimikan

Talamak na nakatanim na pagkabigo + hindi gaanong
nakatanim na pagkabigo = malakas na magnetismo ng
pagkabigo

Malakas na positibong tagumpay + mas kaunting
positibong tagumpay = pinahusay na tagumpay

Malakas na panginginig ng boses ng pagkabigo +
malakas na panginginig ng boses ng tagumpay = alinman sa
malakas na magnetismo ng pagkabigo o malakas na
magnetismo ng tagumpay, depende sa kapaligiran at mga
kondisyon

Isang malakas at matinong pag-iisip + ganap na
kamangmangan = alinman sa katalinuhan at kasanayan o
kamangmangan at kahangalan

Natatanging kapangyarihang espirituwal + natatanging
praktikal na kapangyarihan = Espirituwal na magnetismo -
isang tunay na natatanging praktikal na kapangyarihan

Kung makikita lamang ng mga tao ang napakaraming
nilalang sa eter na nakapalibot sa kanila, marahil ay
susubukan ng ilan na hanapin ang kanilang mga yumaong
mahal sa buhay. Binuksan ng Diyos ang aking mga
espirituwal na mata, at nakikita ko ang marami sa mga
kaluluwang iyon na umalis sa mundo. Sa pamamagitan ng
malalim na pagtutuon sa espirituwal na mata (ang gitna ng
noo), makikita ng isa sa pamamagitan ng panloob na
paningin ang nagliliwanag na mundong tinitirhan ng lahat ng
mabubuting kaluluwa na umakyat sa eteric plane patungo sa
.presensya ng Pinakamaawain

Sa mga tao, ang puso ay gumaganap bilang isang wireless receiver at ang espirituwal na mata bilang isang transmitter. Kahit na hindi mo makita ang iyong mga yumaong mahal sa buhay, kung mahinahon mong itutunon ang iyong damdamin sa puso, mararamdaman mo ang presensya ng mga mahal mo sa buhay na ngayon ay nabubuhay sa mga ethereal na katawan, tinatamasa ang kapayapaan at seguridad ng Diyos at nagagalak sa kanilang kalayaan mula sa mga limitasyon ng katawan, kaya nakakatagpo ka ng ginhawa sa kanilang kapayapaan at ang .iyong puso ay panatag tungkol sa kanila

Kapag binibigkas ko ang pangalan ng Diyos, ang buong pagkatao ko ay natutunaw sa sukdulang kagalakan Ngunit ang kalagayang ito ay dumating lamang sa akin pagkatapos ng matinding pagsisikap Noong una, hindi ako mahilig manabik, dahil ang aking isipan ay naliligaw noon Ngunit ngayon, sa sandaling ituon ko ang aking mga iniisip at kamalayan sa espirituwal na sentro—ang espasyo sa pagitan ng mga kilay—lahat ng mga iniisip ay naglalaho, ang paghinga ay kusang humihinto, ang puso ay humihinto sa pagtibok, ang kaguluhan ng isip ay humuhupa, at ang mga kalagayan ng pagkatao ay bumababa sa kaluluwa, kaya't nararanasan ko ang espirituwal na kaligayahan at nababalot .ng banal na kaligayahan

Mga ginintuang kasabihan

Ang kaligayahan ay aking karapatan, aking mana, at aking nakatagong banal na kayamanan. Gabayan mo ako upang matagpuan sa aking sarili ang mga kayamanang higit .pa sa mga pangarap ng mga hari

* * *

Ang buhay ay isang matalinong paggalaw na may regular na ritmo. Hinuhubog nito ang sarili sa mga bagay na walang buhay, o kumukuha ng buhay at gumagalaw na

anyo. Ang buhay ay sumasaklaw sa lahat ng bagay at
.tumatagos sa lahat ng bagay

* * *

O Pinakamamahal, Ikaw ang buhay, Ikaw ang aking
layunin at mithiin

* * *

Gawin mo akong isang namumulaklak na rosas sa iyong
makalangit na hardin, o isang kumikinang na butil sa iyong
nagniningning na kuwintas ng pag-ibig, o bigyan mo ako ng
pinakadakilang karangalan: ang pinakamaliit na lugar sa
iyong puso

* * *

Kung saan pinahahalagahan ng iba ang aking mga
pagsisikap sa paggawa ng mabuti, doon ako
.makapagbibigay ng pinakamahusay na serbisyo

* * *

Maghabi tayo ng ginintuang alpombra ng mga pangarap
gamit ang mga sinulid na malasutla ng matatamis na alaala
at pinong mga kaisipan

* * *

Ang pag-ibig ay parang papel de liha na nagpapakintab
sa isipan at nag-aalis ng kagaspangan sa pagkatao

* * *

Ang mga pandemya, kalamidad, at marahas na
pagbabago sa kalikasan na nagdudulot ng pagkawasak,
pagkawasak, at malawakang pinsala ay hindi "mga banal na
utos". Ang mga sakunang ito ay nagmumula sa mga iniisip
at kilos ng tao. Saanman ang maselang balanse ng mabuti at
masama sa mundo ay nagugulo ng akumulasyon ng mga
mapaminsalang alon at vibrations na dulot ng masasamang
intensyon at pagkakamali ng tao, naghahari ang kaguluhan
.at nagaganap ang malawakang pagkawasak

* * *

Kukunin ko ang pinakamahusay mula sa bawat tao, at
pahahalagahan ko ang magagandang katangian ng lahat ng

nasyonalidad nang hindi nakatuon sa kanilang mga
.kapintasan

* * *

Kung paano natin pinapahalagahan ang nutritional value
ng ating pang-araw-araw na pagkain, dapat din nating
bigyang-pansin ang mga sikolohikal na sustansya na
.ibinibigay natin sa ating isipan araw-araw

* * *

Ang mabubuting salita ay isang kamangha-manghang
lunas para sa maraming karamdaman, nagtataglay ng isang
malakas, halos mahiwagang, magnetikong puwersa na
nagdudulot ng masaganang mga pagpapala at kasaganaan
sa kanilang nagsasalita. Ang mga gumagamit ng
nakapapawing-pagod at malumanay na mga salita ay
nakakaramdam ng banayad na daloy ng tubig sa
pamamagitan nito nang walang pagkaantala, na napupuno
sila ng malalim na pakiramdam ng katahimikan. Ito ay dahil
ang daloy na ito ay konektado sa mas mataas na
pinagmumulan nito, isang patuloy na daloy na umaabot sa
mga kaluluwang naaayon sa pinagmumulan na iyon, na
nagbibigay-daan sa kanila na magpadala ng kaligayahan sa
.mga naghahangad ng kapayapaan

* * *

Gaano karaming mabubuting salita mula sa puso ang
nakapagpawala ng maraming kalungkutan at gaano
karaming matalinong tinig ang nagliwanag sa madilim na
mga landas gamit ang mga lampara ng kagalakan at
!katahimikan

* * *

Lumalago tayo sa bawat karanasang ating
pinagdadaanan, basta't nauunawaan natin na may
matututunan tayong mahahalagang aral mula rito. Sapagkat
ang bawat sakit at pagdurusa na ating nararanasan ay may
.kahulugan at layunin

* * *

Sa kabila ng kalupitan ng mga eksperimento, para silang apoy na tumutunaw sa iron ore upang gawin itong .maganda, matibay, at maraming gamit na bakal

* * *

Ang lahat ng kahanga-hangang tagumpay sa aking buhay ay nakamit sa pamamagitan ng kapangyarihan ng isang isip na naaayon sa Diyos. Kapag tumatakbo ang banal na generator, lahat ng aking ninanais ay nagkakatotoo nang walang pagbubukod, unang nagkakahugis bilang isang dinakikita, mala-langit na disenyo at pagkatapos ay nagpapakita nang may hindi mapaglabanan na puwersa sa .katotohanan

* * *

Kapag ang isip ay bumulong sa Diyos ng isang taos-puso at maalab na bulong mula sa kaibuturan ng isang nananabik na kaluluwa, ang tawag ng espiritu ay hahawak sa puso ng lahat, at ang sagot ay darating, na may dalang matinding kagalakan. Ang intelektuwal na bulong na ito ay nagpapaunlad ng kalooban hanggang sa magkaroon ito ng lakas na kinakailangan upang makamit ang ninanais na .layunin

* * *

Kapag ang isip at kalooban ng isang tao ay naaayon sa Diyos, sila ay binibigyan ng walang hanggang kapangyarihan, kaya ang pag-iisip lamang tungkol sa isang bagay ay sapat na upang makamit ito, dahil ang banal na batas ay gumagana pabor sa mga taong naaayon sa kataas-taasang kalooban

* * *

Hindi dapat ilaan ng isang tao ang lahat ng kakayahang intelektuwal na ipinagkaloob sa kanya ng Diyos sa paghahangad ng mga bagay na panandalian, dahil baka mawala sila sa labirinto ng materyalismo at lumikha ng mga hindi kinakailangang limitasyon at hadlang para sa kanilang sarili. Sa halip, dapat nilang gamitin ang kanilang mga

kakayahang intelektwal upang makamit ang mga
pangangailangan sa buhay at sikapang paunlarin ang
kanilang mga kakayahang moral upang makilala ang
pagkakaiba sa pagitan ng tama at mali, at sa pagitan ng
kung ano ang nakakapinsala at kung ano ang kapaki-
.pakinabang

* * *

Ang katotohanan ay lampas sa mga opinyon at teorya,
at marami sa mga gumagamit ng pamamaraang ito ay
nabibigatan ng kanilang sariling mga subhetibong
.konklusyon

* * *

Buksan Mo, O Panginoon, ang mga pintuan ng
katahimikan at bantayan ang santuwaryo ng aking mga
espirituwal na kaisipan mula sa mga pag-atake ng
masasamang bulong. At hayaang mamulaklak ang mga
rosas ng aking mga pananabik sa hardin ng aking puso
habang hinihintay ko ang buwang-liwayway ng Iyong
.pagdating

* * *

Hindi makakamit ng kaalamang teoretikal ang banal na
kaalaman, at ipinapayong huwag gugulin ang mahalagang
oras ng isang tao sa mga teoryang hindi maaaring ilapat sa
realidad, kung hindi ay matatagpuan niya ang kanyang sarili
sa gitna ng masukal na kagubatan ng intelektwal at hindi
.kayang malampasan ang saklaw ng mga teorya

* * *

Ang kaligayahan ay bunga ng sikolohikal na tagumpay
laban sa pabagu-bagong mga pangyayari sa buhay

* * *

Siyang kinikilala ng Diyos ay maaaring hindi kilala ng
mundo

* * *

Kung ipoprograma ng isang tao ang kanyang sarili gamit
ang kaalamang teoretikal [nang walang aktwal na

pagsubok], siya ay magiging parang isang portable recording device na inuulit ang mga kawikaan at inuulit ang matatayog na parirala, at ituturing siya ng iba na isang matalinong iskolar, ngunit ang ganitong kaalaman ay hindi pinatitibay ng direktang pagdama sa katotohanan, ni hindi .ito natutumbasan ng espirituwal na tagumpay

* * *

Mananatili ang mga problema sa mundo, kaya saan makakahingi ng gabay at direksyon ang isang tao? Ang mga iniisip ng isang tao, na naimpluwensyahan ng mga gawi, pagtatangi, pagkiling, at panatismo, ay walang silbi, at ang mga impluwensya ng kanyang kapaligiran, pamilya, bansa, o mundo ay hindi kayang magbigay ng tunay na gabay.

Samakatuwid, dapat bumaling ang isang tao sa Diyos at makinig sa mahinahon at payapang tinig na nagmumula sa kaibuturan ng kaluluwa, isang tinig na naaayon sa .katotohanan

* * *

Buksan ang inyong mga puso sa banal na pagbubuhos upang ito ay dumaloy sa inyo at mapuno ang inyong mga .buhay ng mga espirituwal na pagpapala at kabutihan

* * *

Anuman ang iyong trabaho at anumang tagumpay na iyong makakamit, laging tandaan na ang Diyos ang siyang pinagmumulan ng lahat ng lakas na kailangan mo upang .magtrabaho at magtagumpay

* * *

Panginoon, hayaan Mo akong maalala Ka sa kahirapan at kasaganaan, sa sakit at kalusugan, sa kamangmangan at karunungan, at hayaan Mo akong makita ang Iyong pinagpalang liwanag na nagbibigay ng kagalingan at .paggaling sa isang iglap

* * *

Sa pag-iisa ng aking mga iniisip, ninanais kong marinig ang iyong pinagpalang tinig. Ilayo mo sa akin ang malupit at

makamundong mga tinig na nakatago sa mga tupi ng aking
alaala. Nais kong pakinggan ang iyong mapayapa at
malambing na tinig magpakailanman, sa katahimikan ng
.aking kaluluwa

* * *

Ang buhay ay nababalot ng kadiliman, at kung minsan
tayo ay natitisod at nag-aalangan na sumulong. Dapat
nating hayaang ang liwanag ng Diyos ang maging gabay
nating lampara habang tayo ay naglalakad sa madilim na
landas ng buhay. Siya ang kabilugan ng buwan sa mga gabi
ng kamangmangan at kadiliman, ang araw ng ningning sa
mga oras ng paggising, ang tanglaw ng patnubay, at ang
gabay na bituin para sa mga tumatawid sa mga karagatan
.ng makalupang, panandaliang pag-iral

* * *

Panahon na para gisingin ng tao ang kanyang kamalayan
mula sa pagkakatulog ng pagkalimot tungo sa paggising ng
diwa

* * *

Hinihiling namin sa Iyo, Panginoon, na itaas ang aming
kamalayan mula sa kaibuturan ng kamangmangan at
makitid at limitadong mga kaisipan patungo sa mga abot-
tanaw ng kapayapaan, liwanag, pag-ibig, at pangkalahatang
.habag ng tao

* * *

Sa kalaunan ay magiging mas maayos ang mga bagay-
bagay dahil ang mga kapangyarihan at kababalaghan ng
Diyos ay nakatago sa likod ng mga kontradiksyon ng buhay
ng tao, at sinumang hindi kumbinsido sa hindi maiiwasang
sitwasyon at sumusubok na tumagos gamit ang kanyang isip
at pananampalataya sa kung ano ang nasa kabila ng tabing
ay mabubuksan ang pinto para sa kanya na [kakatokin ng
bawat kamay na naniniwala]

* * *

Ang pananampalataya ay hindi kailanman
nangangahulugan ng pagiging pabaya o hindi pagharap
nang matalino sa mga sitwasyon. Sa halip, anuman ang
mangyari, dapat tiyakin ng isang tao sa kanyang sarili na
ang Diyos lamang ang makakasuporta sa kanya sa mahirap
at nakababahalang mga sitwasyon kung siya ay lalapit sa
.Kanya nang buong puso, kaluluwa, at damdamin

* * *

Kung ang ating mga pandama ay naghatid ng buong
katotohanan sa atin, makikita natin ang Daigdig bilang mga
ilog ng mga elektron, at makikita natin ang bawat butil ng
.alibabok bilang isang gumugulong na masa ng liwanag

* * *

Yaong mga tumatagos gamit ang kanilang pananaw
mula sa materyal patungo sa espiritu ay nauunawaan ang
.kalikasan ng ilusyon at nalalaman ang diwa ng katotohanan

* * *

Nasa kagubatan man ng Africa ang isang tao, nasa
larangan ng digmaan, nagdurusa sa sakit o kahirapan, dapat
niyang kumbinsihin ang kanyang sarili na ang kamay ng
Diyos ay mas malakas kaysa sa panganib at may
kakayahang protektahan ang mga taong humihingi ng
.kanlungan sa Kanya

Wala nang mas epektibong paraan upang protektahan
ang sarili. Siyempre, dapat gamitin ang lohika sa pagharap
sa mga pangyayari at kasabay nito ay magkaroon ng lubos
.na pananalig sa tulong ng Diyos

* * *

Ang pag-ibig na nananahan sa puso ng lahat ng nilalang
—ang pag-ibig ng lahat ng ina, ama, kaibigan, at mga mahal
sa buhay—ay nagmumula sa banal na pag-ibig

* * *

Dapat gumawa ng pagkakaiba sa pagitan ng mga
pangunahin at maliliit na tungkulin, na inuuna ang
pinakamahalaga kaysa sa mga mahalaga lamang. Bukod pa
rito, walang tungkulin ang dapat sumalungat sa isa pa.
Sinasabi sa atin ng mga banal na kasulatan na kapag ang
isang tungkulin ay sumasalungat sa isa pa, ito ay katibayan
.na hindi ito isang tunay na tungkulin

* * *

Habang kumakalat ang mahahalagang sinag ng araw,
ikakalat ko ang mga sinag ng pag-asa sa mga puso ng mga
mahihirap at mga pinabayaan [mga taong pinabayaan ng
lipunan], at magtatanim ako ng bagong determinasyon sa
.mga puso ng mga taong nag-iisip na sila ay mga bigo

* * *

Sinabi ng gurong si Paramahansa sa isa sa kanyang
mga disipulo: "Huwag mong ibukod ang sinuman sa iyong
bilog ng pag-ibig. Panatilihin ang lahat sa iyong puso at
".pananatilihin ka rin nila sa kanila

* * *

Panginoon, tulungan mo akong laging gamitin ang aking
kalooban upang maisakatuparan ang mga kapaki-
.pakinabang at mabubuting gawa
Tulungan mo akong sumunod sa Iyong kalooban upang
ang lahat ng aking mga iniisip ay tumugon sa Iyong mga
.layunin at naaayon sa Iyong kalooban
Tinulungan niya akong gisingin ang nakatago at
pinagpalang kapangyarihan sa loob ko upang malampasan
.ko ang lahat ng kahirapan at pagsubok

* * *

Gumising sa matapang at mapagpakumbabang
espirituwal na personalidad – isa na pinagsasama ang lakas
ng mga leon at kahinahunan ng mga kalapati

* * *

Hindi ako maaabala ng mapait at maling kritisismo, ni
ng labis na papuri at pambobola. Ang tanging hangarin ko ay

sundin ang iyong kalooban, O Panginoon, at makamit ang
.iyong pabor

* * *

Hindi mo maisip ang labis na kagalakan na pupuno sa
iyo kapag naramdaman mo ang banal na presensya. Ang
iyong kaluluwa ay malalasing sa walang hanggang pag-ibig
ng Diyos. Ito ay isang pag-ibig na nakahihigit sa anumang
pag-ibig ng tao nang milyun-milyong beses—isang pag-ibig
na tumutupad sa lahat ng iyong mga hangarin at pumupuno
.sa iyong puso ng kagalakan at kasiyahan

* * *

Sa pamamagitan ng panloob na pokus, maaari mong
direktang maranasan ang espirituwal na kaligayahan sa loob
mo at sa paligid mo. Kung iyong linangin ang kamalayang
ito, ang iyong personalidad ay lalago nang maayos, at
magkakaroon ka ng kaakit-akit na magnetismo para sa mga
.tao at iba pang nilalang

* * *

O Dakilang Tagapagtanggol, wala akong pakialam kung
mawala ang lahat dahil sa aking kapalaran, na aking sariling
kagagawan, ngunit hinihiling ko sa iyo, aking tanging
kanlungan, na protektahan ang kandila ng aking pag-ibig
para sa iyo mula sa mga hangin ng kapabayaang at
.pagkalimot

* * *

Uminom tayo nang husto sa dalisay at nakakapreskong
tubig ng kapayapaan na dumadaloy mula sa mga bukal ng
kanais-nais na mga kalagayan, na pinatitibay ng ating
matibay na paninindigan na mag-isip nang positibo at
.magkaroon ng optimistikong pananaw

* * *

Ang konsensya ay isang intuwisyon na nagpapakita ng
tunay na kalikasan at mga motibo ng isang tao. Kapag
malinis ang iyong konsensya, at alam mong ginagawa mo
ang tama, wala kang dapat ikatakot. Ang malinis na

konsensya ay isang patunay ng mabuting pag-uugali mula sa Diyos. Ang pagiging napawalang-sala sa hukuman ng konsensya ay nangangahulugan ng pagkakaroon ng kaligayahan at pagtanggap ng mga pagpapala ng Diyos

* * *

Subukang gumawa ng mga bagay na matapang at kasiya-siya na hindi ginagawa ng karamihan, at magbigay ng pagmamahal at kapayapaan sa mga taong hindi napapansin .ng iba

* * *

Sinabi ng gurong si Paramahansa sa isa sa kaniyang

:mga disipulo

Kung hindi ka maglalaan ng oras sa paglinang ng isip,"

kahit gaano karaming materyal na kasaganaan ang makapagbibigay sa iyo ng kasiyahan. Ang paglinang na ito ay hindi pagpapahirap kundi pagsasanay ng kamalayan upang pangalagaan ang mga kaisipan at kilos na ".humahantong sa kaligayahan

Ang kaligayahan mo ay ang iyong tagumpay, kaya huwag mong hayaang nakawin ito sa iyo ninuman.

Protektahan ang iyong sarili mula sa mga taong nagtatangkang mang-istorbo sa iyo. Noong bata pa ako, nawawalan ako ng pasensya tuwing may nagkakalat ng mga maling tsismis tungkol sa akin. Kalaunan, napagtanto ko na mas mahalaga ang aking kapayapaan ng isip kaysa sa .pagsang-ayon o paghanga ng mga tao

* * *

Kung alam mo lang sana ang kwento ng banal na pag-ibig na nararanasan ng ilang deboto sa Diyos! Walang ibang karanasan sa buhay ang maihahambing sa kagalakang iyon.

May kilala akong isang santo na patuloy na nakalubog sa pag-ibig ng Diyos, at ang kanyang mukha ay nagniningning ng banal na pag-ibig. Ang mata ng Diyos ay laging nasa mga

nagmamahal sa Kanya, at hindi Niya sila pinababayaan kahit
.isang sandali

* * *

Kaunti lang ang mga interesado sa pagpapaunlad ng
kanilang mga kakayahang pangkaisipan at espirituwal

* * *

Huwag mong hayaang lumubog ang iyong sarili sa ilalim
ng pagpapaliban. Bumangon mula sa pagkakatulog ng
nakakabagot na ordinaryong realidad at humakbang
patungo sa mga abot-tanaw ng isang pinong buhay kung
.saan mayroong tagumpay, kagalakan, at kapayapaan

* * *

Sa loob mo ay naroon ang napakalaking potensyal na
naghihintay na mamuhunan, at ikaw lamang ang may
.kakayahang paganahin at makinabang mula rito

* * *

Ang kalayaan mula sa mga utos ng masasamang gawi
at hindi malusog na mga hilig ay nagdudulot ng higit na
kaligayahan kaysa sa materyal na tagumpay
Ang tagumpay sa panitikan ay nagdudulot ng sikolohikal
na kaligayahan na hindi kayang alisin sa iyo ng mga
.panlabas na pangyayari

* * *

Maaari mong gugulin ang lahat ng iyong oras sa pag-
iipon ng pera, ngunit ang perang iyon ay hindi magbibigay
sa iyo ng pangmatagalang kapayapaan at seguridad na
iyong hinahanap. Sa kabaligtaran, magdudulot ito sa iyo ng
mas maraming kalungkutan dahil ang kaligayahan at
.kapayapaan ay nasa isip, hindi sa mga bagay mismo

* * *

Huwag mong hayaang ang kahinaan ay tumagos sa
iyong isipan, at maging maingat sa pakikisalamuha sa mga
taong may negatibong kaisipan at pesimistikong pananaw,
dahil baka ang kanilang mahihinang kaisipan ay tumagos sa
iyong isipan, maliban na lang kung ang iyong isipan ay

umabot na sa isang antas ng kalakasan na hindi na ito
kayang pahinain ng mga kaisipan ng iba, bagkus, sa
kabaligtaran, nagagawa nitong palakasin ang mga kaisipan
.ng iba at pahasayin ang kanilang tiwala sa sarili

* * *

Ang Diyos ang inuuna, at hindi natin dapat simulan o
tapusin ang ating araw nang hindi Siya iniisip. Dapat nating
tandaan na kung wala ang lakas at enerhiyang natatanggap
natin mula sa Diyos, hindi natin magagawa ang alinman sa
ating mga gawain. Ito ang ating pinakadakilang tungkulin sa
.Kanya

* * *

May paraan upang suriin at husgahan ang mga
kaugalian at tradisyon. Sa simula, ang bawat tradisyon ay
may katwiran. Kung matutuklasan natin na ang katwiran ay
totoo pa rin, kung gayon ang tradisyon ay may kahulugan at
pakinabang. Gayunpaman, hindi matalino na sundin ang
mga tradisyon nang walang taros. Dapat nating malaman
kung ano ang tama at sundin ito, alamin kung ano ang
maaaring magdulot sa atin ng kaligayahan at pagkatapos ay
.ilapat ito

* * *

Kapag nakakita ka ng napakaraming tao na kulang sa
kaligayahan o tagumpay, huwag mong isipin na iyon na ang
kanilang kapalaran. Maaari mong gawin ang anumang gusto
mo. Ang panloob na tagumpay mo ang tunay na
.nagpapatagumpay sa iyo

* * *

Kung wala kang laman sa iyong sarili, hindi ka magiging
masaya. Ngunit kung wala kang laman sa paligid mo at
masaya ka sa iyong sarili, walang alinlangan na ikaw ay
matagumpay. Kaya, imposibleng husgahan ang mga tao
.batay sa kanilang panlabas na kalagayan

* * *

Sa gitna ng napakaraming tao, maaaring may isang
taong nakarating na sa isang kalagayan ng espirituwal na
kataas-taasan at nagtatamasa ng panloob na kapayapaan at
.sukdulang espirituwal na kaligayahan

* * *

Alam kong tiyak na lahat ng kailangan ko ay darating sa
akin, kaya hindi ako nag-aalala tungkol sa kung ano ang
naghihintay sa hinaharap. Hindi ito pagmamayabang o
pagkukunwari, dahil naranasan ko na ang gawa at bisa ng
pinagpalang kapangyarihang iyon sa aking buhay nang
.maraming beses

* * *

Lumulutang man ako sa ibabaw ng buhay o nalulunod
sa kailaliman ng dagat, alam kong kasama ko ang Diyos at
Siya ay kasama ko, at walang makakasakit sa akin. Ang
kaalamang iyon ay nagbigay sa akin ng di-malarawan at
.malalim na kaligayahan

* * *

Walang duda na ang pagbili ng bago ay isang kasiya-
siyang karanasan. Ngunit pagkaraan ng ilang sandali, ang
masayang pakiramdam na iyon ay unti-unting nawawala, at
maaari mo pa ngang tuluyang mawalan ng interes dito,
makalimutan ito at maghangad ng iba. Gayunpaman, ang
singil para sa bagay na iyon ay hindi malilimutan, lalo na
!kung binili mo ito nang hulugan

* * *

Dapat kontrolin ng isang tao ang kanilang buhay at
pasimplehin ito hangga't maaari. Dapat silang mag-ipon ng
pera para sa mga pangangailangan at emergency, unahin
ang pag-iipon kaysa sa paggastos sa mga luho, at tulungan
ang iba sa abot ng kanilang makakaya. Kapag tinulungan mo
ang iba, darating ang tulong sa iyo sa iba't ibang paraan, at
.wala kang kukulangin at wala kang mawawalan

* * *

Sa kagalakan ng lahat ng puso, naririnig ko ang
alingawngaw ng Iyong kaligayahan, O Panginoon, at sa
pagkakaibigan ng lahat ng tapat, nararamdaman ko ang
Iyong pag-ibig, ako'y nagagalak at ang puso ko'y nagagalak
sa tagumpay at kasaganaan ng aking mga kaibigan, tulad ng
aking pagsasaya sa aking sariling kagalingan at
kaginhawahan. Habang nagbibigay-inspirasyon ako ng
karunungan sa iba, pinararami ko ang mga kayamanan ng
aking sariling karunungan, at sa kaligayahan ng lahat,
.natatagpuan ko ang aking sarili

* * *

Ang pinakamalaking kaaway ng kaligayahan ay ang
pangungutang ng pera para makabili ng mga luho. May mga
taong nagkakamali sa paniniwalang hindi sila magiging
masaya hangga't hindi sila nakakakuha ng isang partikular
na bagay. Ngunit kahit na matapos nilang makuha ang
bagay na iyon, hindi nila mararanasan ang tunay na
kaligayahan, sa kabila ng pansamantalang kagalakang dulot
nito. Ano ang saysay ng paghabol sa ilusyon ng
kaligayahang panlupa na nangangakong masisira lamang?
Dapat mamuhay nang simple ang mga tao, nang hindi
nangangailangan ng maraming ari-arian na nangangailangan
.ng patuloy na atensyon

* * *

Ang paraiso ko ay nasa loob ko. Habang tinatamasa ko
ang mga pagpapala ng Diyos, nagpapasalamat ako sa
Kanya, at ang aking panloob na kagalakan ay lumalago.
Kung wala ang panloob na kasiyahan iyon, maging ang
mga kasiyahan at kagalakan sa mundo ay nagiging
impyerno. Napagtanto ko na kung wala ang panloob na
kagalakang iyon, ang pasanin ng mga responsibilidad na
ipinataw sa akin ay maaaring mag-alis sa akin ng aking
.kapayapaan at kaligayahan

* * *

Kung ang kayamanan ay kaakibat ng sakit at mga problema, ang mga kahihinatnan ay magiging marami. Ang kalinisan at pangangalagang pangkalusugan ay kabilang sa mga kalakasan ng Kanluran. Ang mga mapaminsalang insekto at nakamamatay na mikrobyo ay epektibong kinokontrol sa mga mauunlad na bansa, habang sagana ang mga ito sa iba. Ngunit ang pagpuksa sa mga pesteng ito ay hindi ang tugatog ng tagumpay, dahil may iba pang mga uri ng paghihirap na umiiral sa mga mauunlad na bansa, tulad ng mga mahirap bayarang bayarin at nakakasakal na krisis sa pananalapi dahil sa mga sistema ng pagbili ng hulugan—mga paghihirap na nakakagambala sa pagtulog at sumisira .sa kapayapaan ng isip

* * *

Tayo ay mahalagang bahagi ng parehong kamalayan .kung saan nagmula ang dakilang sansinukob na ito

* * *

Nakakita ka na ba ng kawan ng mga tupa? Kapag ang isa sa kanila ay tumalon, gagayahin ito ng iba nang walang pag-aalinlangan. Karamihan sa mga tao ay ganoon. Maaaring may makaisip ng ideya o magpasimula ng bagong uso, at ang iba ay agad na sasali at gagayahin ito. Ang ganitong pamamaraan ay nagpatuloy sa loob ng maraming henerasyon. Bawat bansa ay may mga kaugalian at tradisyon, at hindi natin masasabing lahat ng mga ito ay tama o maayos. Ngunit sino ang nakakaalam? Marahil ang ilan sa mga kaugalian at tradisyong iyon ay walang .kabuluhan at walang saysay

* * *

Kapag humupa ang magulong bagyo ng mga kaisipan, papasok tayo sa kaharian ng kapayapaan at mahahawakan ang banal na presensya

* * *

Isipin ang Diyos, o ang isang magandang tanawin na nagbibigay-inspirasyon ng kapayapaan, o ang isang masaya

at kasiya-siyang karanasan. Ang positibo at mahinahong
aktibidad sa pag-iisip ay nakapagpapalakas at
.nakakapresko

* * *

Nabubuhay tayo sa isang magulong at magulong
mundo. Maaaring iniisip mo na ang pera ay
nangangahulugang kaligayahan, ngunit kapag nakuha mo na
ito, matutuklasan mong hindi ka pa rin masaya. Maaari kang
magkaroon ng kayamanan at—huwag nawang ipahintulot ng
Diyos—mawalan ng iyong kalusugan. O maaaring mayroon
kang mabuting kalusugan at mawala ang iyong pera. O
maaaring mayroon kang parehong kayamanan at kalusugan
ngunit dumaranas ng maraming problema sa iba, na nag-
aalok lamang ng kabaitan na sinasalubong ng sama ng loob
at poot bilang kapalit. Kung wala ang Diyos, walang anuman
sa buhay na ito ang tunay na makapagbibigay-kasiyahan sa
.iyo

* * *

Ang mundo ay nagiging silid ng pagpapahirap para sa
mga taong nabubuhay nang walang kaalaman sa banal na
plano. Ngunit kapag tiningnan mo ang mga karanasan sa
buhay bilang iyong mga guro at natututo mula sa mga ito
ang tunay na katangian ng mundong ito at ang iyong
itinalagang papel sa kosmikong drama, ang mga karanasang
iyon ay nagiging mahalagang liwanag sa landas tungo sa
.pangmatagalang kasiyahan at kaligayahan

* * *

Doon, sa kabila ng walang-dilim na kadiliman, ang
walang tunog na katahimikan, at ang hindi nilikhang
kawalan, ay nakasalalay ang walang hanggang esensya, na
siyang pinagmulan ng pag-iral at ang pinagmumulan ng
.lahat ng kapangyarihan at nilalang, nakikita man o hindi

* * *

Hindi nilikha ng Diyos ang mundong ito para lamang sa
atin upang kumain, matulog, at mamatay, kundi upang

malaman natin ang Kanyang kalooban at maunawaan ang
layunin ng ating pag-iral. Naunawaan na ng iilang
matatalinong tao ang kahulugan ng planong kosmiko, ngunit
karamihan sa mga tao ay bulag at walang kamalayan sa
.layuning iyon

* * *

Hindi kailanman naging layunin ko ang pera sa buhay;
ang layunin ko ay paglingkuran ang aking mga kapatid sa
sangkatauhan. Kaya naman, binuksan ng Diyos ang
maraming pinto ng pagkakataon para masuportahan ko ang
.aking sarili at matupad ang aking misyon

* * *

Nilikha ng Diyos ang sansinukob na ito upang gumana
ayon sa isang nakapirmi at hindi nagbabagong batas. Kung
lalabagin natin ang alinman sa mga pangkalahatang batas
na ito, pinaparusahan natin ang ating sarili. Ang sinumang
tumalon mula sa bubong ng isang mataas na gusali ay
mababali ang kanyang mga buto. Samakatuwid, hindi natin
maaaring balewalain ang batas ng grabidad nang hindi
.nadarama ang mga kahihinatnan nito

* * *

Kapag ating malalimang sinuri ang mga kabihasan ng
mundo at ginalugad ang mga nakatagong lihim ng mga
sinaunang kabihasan, isang malawak na larawan ang
lumilitaw, na may magkakaugnay na mga linya,
magkakaibang mga kabanata, at mga tiyak na detalye, at
ating matutuklasan na ang tao ay parehong indibidwal at
.panlipunan sa kalikasan nang sabay

* * *

Kung nais ng Diyos na mamuhay lamang tayo sa
materyal na kamalayan, lubos tayong masisiyahan sa mga
materyal na bagay at masisiyahan sa mga makamundong
.gawain

* * *

Ang mga sinag ng kadalisan, kapayapaan, at kaligayahan na lampas sa mga pangarap ay kumukurap at sumasayaw sa ating kaibuturan

* * *

Sa bawat karanasang lumilitaw sa kalangitan ng ating buhay sa paglalakbay nating ito sa lupa, dapat nating matutunan kung paano palawakin ang ating kamalayan at kung paano maging mas maunawaan ang mga pangyayaring nakapaligid sa atin o ating pinagdadaanan, at sa gayon ay mamumuhay tayo nang may mas maayos na pagkakaisa at .mas maayos at ligtas na makitungo sa mga tao at sa buhay

* * *

Karamihan sa mga tao ay ginagaya ang iba. Ang isang tao ay dapat maging orihinal at malikhain, at maging .dalubhasa sa lahat ng kanilang ginagawa

Sa Silangan, ang pangunahing pokus ay ang paglinang ng espirituwal na kaligayahan, habang ang mga materyal na aspeto ng buhay ay madalas na napapabayaan. Sa Kanluran, may ilang materyal na kaginhawahan ngunit napakakaunti ng sikolohikal na kaligayahan. Ang kailangan ay isang balanse sa pagitan ng dalawa, dahil ang pagtuon sa isang aspeto lamang ng buhay ay humahantong sa kawalan ng balanse at kawalan ng kakayahang harapin ang mga .pangangailangan ng buhay nang makatwiran

* * *

Ang pinakadakilang kaligayahan - pagkatapos ng banal na kaligayahan - ay ang maging mapayapa ang isang tao sa kanyang mga malapit na kamag-anak na kanyang .makakasama araw-araw sa buong taon

* * *

Maraming oras ang nasasayang ng mga tao sa pagmamadali at pagkilos nang padalos-dalos nang walang gaanong

nagagawa. Kaunting paghinto upang magnilay-nilay at
.subukang unawain kung ano ang maiaalok ng buhay

* * *

Dapat tayong magsikap na magtayo ng mga panloob na
gusali ng karunungan sa mga hardin ng kapayapaan na
yumayabong at nagniningning na may hindi mabilang na
mga bulaklak ng kahanga-hangang espirituwal na mga
.birtud

* * *

Ang panloob na pagkakasundo ay isang masaganang
pinagmumulan ng lakas at lumilikha ng nababagong
enerhiya

* * *

Sa pagtingin sa buhay, matutuklasan ng isa na ang
tagumpay ay hindi madali. Ang buhay ay kadalasang malupit
at walang patawad, at kailangan nating magsumikap upang
kumita ng ikabubuhay. Isipin ang pagsisikap na
kinakailangan upang mapanatili ang iyong katawan at
mapanatili itong malusog at malaya sa sakit! Kahit na
magtagumpay ka rito, ang tagumpay na iyon ay
pansamantala lamang. Ang katawan—nawa'y mabuhay ka
nang matagal—ay kalaunan ay ililibing. Ang
pangangailangan ay nagdidikta ng pakikipaglaban sa
maraming puwersa, kapwa panloob at panlabas, upang
makamit ang ninanais na tagumpay. Ang mga puwersang ito
ay walang pagod na nagtatrabaho upang agawin sa iyo ang
.anumang tunay na makabuluhang mga nagawa

* * *

Sikapin manatiling kalmado sa lahat ng pagkakataon,
at hayaang mamukadkad ang binhi ng iyong kapayapaan
.nang may saya at mga ngiti ng kasiyahan

* * *

Kahit ang pinakadakilang mga banal ay hindi makakamit
ang ganap na kaligtasan maliban kung ibabahagi nila ang
kanilang tagumpay sa iba, ibig sabihin, ang kanilang mga

espirituwal na karanasan at mas mataas na kaalaman, sa
pamamagitan ng pagtulong sa kanila na makamit ang banal
.na kaalaman

* * *

Dahil dito, ang mga nakarating sa mga yugtong iyon at
nakakamit ang mga kalagayang iyon ay sabik na magbigay
ng pag-unawa sa mga nangangailangan nito. Kung nais
mong makamit ang tunay na tagumpay, hindi lamang ang
iyong sariling personal na kaligayahan ang iyong masisiguro
.kundi pati na rin ang kaligayahan ng iba

* * *

Kahit sinong may katalinuhan ay maaaring kumita ng
pera. Ngunit kung mayroon silang pagmamahal sa kanilang
puso, hindi nila kailanman gagamitin ang perang iyon para
sa makasariling layunin; sa halip, ibabahagi nila ito sa iba.
Ang pera ay isang sumpa at isang kasawian sa kamay ng
mga makasarili at kuripot, at isang biyaya at isang regalo sa
kamay ng mga may mabubuting puso at mapagbigay na
.kaluluwa

* * *

Maaaring piliin ng isang tao na manahimik nang
matagal na panahon, at tumangging makipag-usap sa mga
miyembro ng kanilang pamilya sa panahong iyon. Bagama't
maaaring makamit ng taong ito ang ilang panloob na
kapayapaan bilang resulta, ang kanilang pag-uugali ay
makasarili at nakakapinsala sa kaligayahan ng kanilang
pamilya. Hindi sila maituturing na tunay na matagumpay
maliban kung ang kanilang mga mahal sa buhay ay
.makikinabang din sa kanilang tagumpay

* * *

Gayundin, ang pagkamit ng materyal na tagumpay ay
hindi lamang ating karapatan na magtamasa ng kagalingan
nang mag-isa, kundi pati na rin ang ating moral na
responsibilidad sa iba sa mga tuntunin ng pagtulong sa

kanila na mapabuti ang kanilang materyal na kalagayan at
.kalagayan sa pamumuhay

* * *

Protektado ako sa likod ng aking malinis na konsensya.

Sinunog ko na ang madilim na nakaraan at ang ngayon na
.lang ang inaalala ko

* * *

Ngayon ay napagtanto ko na ako ay kaisa ng liwanag ng
pinakadakilang kabutihan at ako ay isang tanglaw para sa
mga taong nakikipaglaban sa mga alon ng dagat ng
.kalungkutan

* * *

Iba-iba ang pananaw at teorya ng mga tao tungkol sa
tagumpay, depende sa kanilang mga ambisyon sa buhay.
Hindi bihira na marinig ang ilang tao na inihahalintulad ang
tagumpay sa pagnanakaw, na sinasabi ang mga bagay tulad
ng, "Isa siyang matagumpay na magnanakaw!" Binibigyang-
diin nito na ang tagumpay sa lahat ng anyo at uri nito ay
kanais-nais at hinahangad. Gayunpaman, ang ating
.tagumpay ay hindi dapat makapinsala sa iba

* * *

Mayroon ding isa pang pamantayan para sa tagumpay:
kapag nakakamit natin ang maayos at kapaki-pakinabang na
mga resulta para sa ating sarili, dapat din nating isama ang
iba sa ating tagumpay at ibahagi ang mga bunga nito sa
.kanila

* * *

Ang tagumpay ay nangangahulugang kasiyahan at
kasiyahan ng isang tao sa loob ng kanilang kapaligiran. Ang
tunay na tagumpay ay bunga ng mga kilos na nakabatay sa
mga prinsipyo ng katuwiran, at saklaw nito ang kaligayahan
at kagalingan ng iba bilang mahalagang bahagi ng sariling
kaligayahan. Kung ilalapat natin ang prinsipyong ito sa ating
materyal, intelektwal, moral, at espirituwal na buhay,

magkakaroon tayo ng kumpleto at komprehensibong
.kahulugan ng tagumpay

* * *

Dito sa limitadong mundong ito, nauunawaan natin ang
haba, lapad, at densidad, ngunit may isa pang antas kung
saan walang mga dimensyon; lahat ay malinaw at malinaw—
lahat ay kamalayan at persepsyon. Ang panlasa ay
persepsyon, gayundin ang pang-amoy. Ang ating mga
damdamin, kaisipan, at katawan ay mga estado ng
kamalayan. Tulad ng ating nakikita, naririnig, naaamoy,
nalalasaan, at nahahawakan sa mga panaginip, gayundin,
sa mas mataas na antas na iyon, nararanasan natin ang
lahat ng mga sensasyong ito sa pamamagitan ng purong
.kamalayan

* * *

O Panginoon, pasayahin Mo kami sa pamamagitan ng
pagdama sa Iyong kalapitan, palayain Mo kami mula sa mga
tanikala ng mga pagnanasa, at bigyan Mo kami ng panloob
na kagalakan na hindi naaapektuhan ng mga karanasan sa
.buhay at ng mga nagbabagong pangyayari nito

* * *

Kapag ang ating mga isipan ay naaayon sa mas
matataas na pananaw, ang espirituwal na kamalayan ay
nagigising sa loob natin at nararanasan natin ang mga
kamangha-manghang kababalaghan ng banal na
.karunungan at pag-ibig

* * *

Kung lubos nating mamahalin ang Diyos at babalik sa
Kanya nang buong puso at isipan, madarama natin na
malapit tayo sa Kanya at matutuklasan natin na Siya ang
.pinakadakilang kanlungan ng seguridad sa buhay

* * *

Sa tila walang laman at walang laman na espasyo,
mayroong isang kosmikong koneksyon at buhay na walang
hanggan na nag-uugnay sa atin sa lahat ng mga bagay na

may buhay at walang buhay sa sansinukob, isang alon ng
.dakilang buhay ang dumadaloy sa lahat ng bagay na umiiral

* * *

Ang kawalang-hanggan ang ating tunay na tahanan at
permanenteng tahanan, at ang ating pag-iral sa mga
katawang ito ay pansamantala lamang, tulad ng isang
maikling pahinga para sa isang karaban na naglalakbay sa
.disyerto

* * *

Kapag iniayon natin ang ating mga sarili sa mga
malikhaing puwersa ng espiritu, makakakonekta tayo sa
unibersal at walang hanggang kaisipan na may kakayahang
gumabay sa atin at lutasin ang ating mga problema, ang
malikhaing kapangyarihan ay dadaloy sa atin nang walang
patid mula sa pinakadakilang pinagmumulan ng ating
pagkatao, na magbibigay-daan sa atin upang makamit ang
malikhaing tagumpay sa anumang larangan ng ating
.aktibidad

* * *

Ang pag-ibig ay lumalago at yumayabong sa isang
kapaligirang puno ng tiwala, pagpaparaya, at paggalang sa
isa't isa

* * *

Pagpalain mo kami, O Panginoon, ng liwanag ng mga
dalisay na kaisipan at mabubuting gawi, upang kung ang
kadiliman ng masasamang gawi at lihis na mga kaisipan ay
lumapit sa amin, ito ay agad na mapawi. At tulungan mo
kaming mahalin Ka nang may napakalalim na pag-ibig na
hindi kami mabibitag o mabihag ng mga materyal na ilusyon
.o makamundong mga tukso ang aming mga isipan at puso

* * *

Ang mga bagay na madaling makuha ay bihirang
mahalaga. Alam natin ito mula sa pag-aaral ng buhay ng
mga dakilang lalaki at babae at kung paano sila naging
dakila sa pamamagitan ng pagpapaunlad ng kanilang mga

talento, pagtupad sa kanilang mga tungkulin, pagbuo ng kanilang mga moral na pagpapahalaga, malalim na pag-aaral, at pag-iwas sa pagkamakasarili. Ngunit ang mga resultang kanilang nakamit at ang mga nagawang kanilang nakamit ay hindi masukat na mas malaki kaysa sa .pagsisikap na kanilang ginugol

* * *

Ang tunay na kalayaan ay nakasalalay sa kalayaan sa pagpili na ginagabayan ng karunungan at sinusuportahan ng .pang-unawa, kawastuhan, at matatag na kalooban

* * *

Kapag ginising mo ang iyong kalooban, determinasyon, at malay na pag-unawa, ang mga hindi nakikitang puwersa ay pinakakawalan mula sa mas mataas na kamalayan—sa pamamagitan ng pananaw ng kaluluwa—upang tulungan ka at liwanagan ang mga landas na patungo sa sikolohikal na .ginhawa at kaligayahan, sa tulong ng Diyos

* * *

Dapat buksan ng isang tao ang mga daluyan ng kaluluwa sa pamamagitan ng sarili niyang pagsisikap.

Walang sinuman ang kusang pipili ng pagdurusa at paghihirap kaysa sa kapayapaan at kaligayahan. Ang kamangmangan ang ugat ng pagdurusa at ang balakid na dapat alisin at alisin. Ang kamangmangan ay isang mapaminsalang damo, malalim ang pagkakaugat, na tumutubo sa hardin ng sangkatauhan at nagtataboy sa .mabubuti at kapaki-pakinabang na mga halaman

* * *

Ang kamangmangan ay dapat malampasan ng matibay na kalooban at matatag na determinasyon. Ang lupa ng isipan ay dapat linangin nang may nakatuong atensyon [sa positibo], at ang mabubuting buto ay dinidiligan ng tubig ng pananampalataya. Kapag ang masigla at mainit na sinag ng pag-ibig ay sumikat, ang binhi ng kabutihan ay tutubo at dadaigin ang mga damo at mga halamang parasito,

sapagkat ang kadiliman ay hindi maaaring umiral sa
.presensya ng liwanag

* * *

Ang mga kasiyahan ng mga materyal na bagay ay
kumukupas at nawawala, ngunit ang banal na kagalakan ay
hindi kailanman kumukupas. Ito ay isang banal na
.kaligayahan na walang hanggan at hindi mailalarawan

* * *

Hindi tayo dapat gumamit ng mga maling pamamaraan
upang makamit ang kaligayahan, ni hindi natin dapat
talikuran ang kapayapaan at espirituwal na kayamanan na
taglay natin sa paghahangad ng mapanlinlang na
kaginhawahan at isang kumikinang na buhay na maaaring
nakasabit sa atin ng mga mala-impyernong kilos at pag-
.uugali na may mapaminsalang epekto

* * *

Ang katahimikan ang pinakamahusay na kamera para
makuha ang banal na presensya. Sa pamamagitan ng lente
ng dalisay at tumpak na nakapokus na katahimikan, ang
pinagpalang imahe ay lilitaw nang may perpektong
.kalinawan

* * *

Sa katunayan, ang lahat ng karunungan ay nasa loob
mo at ang kailangan mo lang ay maging malay dito

* * *

Ang tunay na kasiyahan ay nakasalalay sa pagpapabuti
ng sarili, kung kaya't ang iba ay hahanapin ka sa halip na
ikaw ang maghanap sa kanila. Ang pag-ibig at
pagkakaibigan ay dapat ibigay nang malaya, nang walang
inaasahan o hinihingi. Ang inaasahan ay nagdudulot lamang
ng paghihirap at kalungkutan. Kahit na nagsusumikap para
sa pagpapabuti ng sarili, ang isa ay dapat na manindigan

nang mag-isa, ligtas at payapa sa loob ng kuta ng sariling
.mga birtud at pagpapahalaga sa sarili

* * *

Nawa'y ang mga talon ng kagalakan at optimismo ay
laging dumaloy mula sa aking puso, at nawa'y ang kanilang
nakakapreskong timpla ay dumampi sa lahat ng aking
makakasalamuha

* * *

Ang espirituwal na kagalakan ay lumilikha sa kaluluwa
ng pagnanais na tumulong sa iba sa lahat ng paraan, at
nagpapaunlad ng kakayahang pahalagahan ang pinong
moral na kasiyahan na humahantong sa kaligayahan, sa
gayon ay binabawasan ang pagkahilig sa mga bastos na
.kasiyahan

* * *

Gaano man kaliit ang iyong papel, nananatili itong
kasinghalaga ng mga pinakadakilang papel sa usapin ng
pag-aambag sa tagumpay ng kosmikong dula na
.ginagampanan ng mga kaluluwa sa entablado ng buhay

* * *

Ang ganap na kamalayan ay isang ganap at walang
katapusang kamalayan, na patuloy na binabago ang sarili
nito at ang pagkamalikhain nito ay hindi nauubos, at sa
pamamagitan mo ay sinusubukan nitong ipahayag ang isang
.natatanging aspeto ng sarili nito

* * *

Kahit minsan lang matikman mo ang banal na pag-ibig,
hindi mo ito susukuan dahil wala nang katulad nito sa buong
.sansinukob

* * *

Ang mga nakakakilala sa Diyos ay umabot na sa
napakataas na antas ng espirituwalidad, kung kaya't hindi
sila nasisiyahan sa pagbibigay lamang ng espirituwal na
payo sa mga makasalanan, kundi maaari nilang – sa
pamamagitan ng biyaya at tulong ng Diyos – na bigyan sila

ng espirituwal na kapangyarihan na nagpapalaya sa kanila
.mula sa mga bunga ng kanilang mga makasalanang gawa

* * *

Lahat ng mabuti at masamang gawa ay nakatago sa
mga selula ng utak at lumilitaw bilang mabuti o masamang
.gawi o tendensiya sa pag-iisip

* * *

Ang isang taong nagdurusa mula sa mga hindi malusog
na gawi dahil ang kanilang mga selula ng utak ay sinisingil
ng kapangyarihan ng mga gawi na iyon ay maaaring
palayain ang kanilang sarili sa pamamagitan ng
paghahangad, pagmumuni-muni, taos-pusong panalangin, at
patuloy na positibong pagpapatibay hanggang sa ang lahat
ng kanilang hindi kanais-nais na mga gawi ay mabago tungo
sa mabubuting gawi ng kapayapaan at katahimikan.

Nangyayari ito kapag ang wastong puwersa ng buhay ay
kumikilos upang baguhin ang abnormal na katangian ng
mga selula ng utak, upang ang mga selulang iyon ay
.mapuno ng lahat ng mabuti, banal, at maganda

* * *

Ang pag-unawa ay ang panloob na mata, ang paningin
ng kaluluwa, at ang teleskopyo ng puso. Ito ang balanse sa
pagitan ng kahinahunan ng isip at kadalisayan ng
.konsensya

* * *

Araw-araw ay nakakakita tayo ng iba't ibang eksena, at
bawat araw ay may dala itong bagong aral na matututunan.
Inaasahan na matututo ang isang tao ng aral sa
pamamagitan ng pagtuon sa sukdulang layunin ng kanyang
pag-iral: ang pagkilala sa pinagmumulan ng kanyang
.pagkatao at sa pundasyon ng kanyang buhay

* * *

Pagsikapan nating kalimutan ang mga kalungkutan ng
nakaraan at magpasiyang huwag nang alalahanin pa ang
mga ito. Taglay ang matibay na determinasyon at aktibong

kalooban, ating panibaguhin ang ating mga buhay,
pagbutihin ang ating mga tagumpay, at linangin sa ating
.sarili ang mabubuting gawi at marangal na katangian

* * *

Ang sinumang nagbubunyag ng kahinaan ng iba at
nagdudulot sa kanila ng kahihiyan at sama ng loob ay
.malayo sa karunungan at mahusay na pagpapasya

* * *

Mga kasabihan para sa lahat ng oras at lugar

Ang mga taong nakikiisa sa Diyos ay nakakakita ng
nakamamanghang kagandahan at nakakatikim ng lubos na
.tamis na hindi mararanasan sa ibang paraan
Nang tumawag ang aking kaluluwa sa Iyo, sumabog ang
mga ulap ng Iyong katahimikan, O Diyos, at ang ulan ng
Iyong awa ay bumuhos nang malakas hanggang sa ito ay
naging umaapaw na baha ng Iyong biyaya. Ang Iyong
pinagpalang ilog ay bumalot sa mga pampang ng aking
pagkatao, at ang aking kaluluwa ay lumubog sa tubig ng
kawalang-hanggan, at ang bula ng aking maliit na buhay ay
.natunaw sa karagatan ng Iyong sumasaklaw na pag-iral
Tinuruan ako ng aking tagapagturo kung paano gamitin
ang pait ng karunungan upang gawing templo ang aking
.sarili na karapat-dapat sa banal na presensya
Kung gusto mong makamit ang isang marangal na
layunin, magsimula sa pamamagitan ng paglikha ng isang
mental na modelo para dito. Maaari mo na ngayong matatag
na itatag ang anumang direksyon sa iyong kamalayan kung
magtatanim ka ng isang matibay na ideya sa iyong isipan;
kung gayon ang iyong buong pagkatao ay susunod sa
.ideyang iyon, at ang iyong mga kilos ay aayon dito
Kapag nahawakan mo ang banal na puso, ang iyong
mga problema ay maglalaho, ang pag-ibig ay pupuno sa
iyong puso, at ang mga kahanga-hangang espirituwal na
karanasan ay sasayaw na parang mga dalisay na bukal sa
.mga hardin ng iyong isipan

Maraming ulap ang nagtatangkang itago ka at ikubli sa
akin, ngunit sa pamamagitan ng hamog ng mga luha ng
pananabik, ang iyong pinagpalang pangalan ay lumilitaw sa
akin na kumikislap sa matingkad na ginintuang mga letra
.mula sa likod ng lahat ng mga kurtina at belo

Ang kadalisayan ng konsensya ay nangangahulugan ng
tapat na pagharap sa katotohanan
May mga mahahalagang pangangailangan at mga
itinuturing ng ilan na "mga pangangailangan" na sa totoo
lang ay hindi kailangan at kalabisan. Dapat gawing simple
ang buhay sa pamamagitan ng pagtuon sa mga
pangunahing pangangailangan at pag-aalis ng mga hindi
.kinakailangang luho

Kaytaas mo, O pagkakaibigan, at kaytaba at kabanalan
ng iyong lupa! Pag-ibig ang iyong pagkain at katapatan ang
iyong inumin

Kapag ang dalawang tao ay lumalakad nang may
pagkakaisa at pagkakaisa sa kabila ng kanilang mga
pagkakaiba, sila ay pinag-iisa ng iisang layunin: ang
makatagpo ng kapayapaan at katahimikan ng kaluluwa sa
dalisay na pag-ibig at katapatan sa isa't isa. Kung saan ang
magkasintahan ay hindi naghahanap ng kasiyahan sa
kapinsalaan ng minamahal, sa hardin ng altruismo, ang
mababangong bulaklak ng pagkakaibigan ay mamumulaklak
.at magpapalaganap ng kanilang matamis na amoy
Sinasanay ng mundo ang ating mga isipan sa ibang
paraan, na sinasanay tayo sa napakaraming bagay na
nagsisimula tayong mag-isip na ang kaligayahan ay hindi
makakamit kung wala ang mga ito. Ngunit ang buhay, at ang
buhay ng mga bata sa partikular, ay dapat gawing simple;
kung hindi, tuturuan sila ng buhay sa pamamagitan ng
.mapait na pagkabigo

Ang katotohanan ay mas tumpak at makatotohanan kaysa sa pag-iisip o imahinasyon lamang, ngunit ang ating .iniisip o naiisip ay maaaring minsan magkatotoo

Ang imahinasyon ay isang mahalagang elemento sa proseso ng malikhaing pag-iisip. Gayunpaman, ang imahinasyon ay dapat na maging ganap na ganap at maging isang matibay na paniniwala, at ito ay imposible kung .walang matibay na paghahangad

Kung iisipin mo ang isang bagay nang buong lakas ng iyong kalooban, ang iyong imahinasyon ay magbabago tungo sa isang personal na paniniwala, at kapag mapapanatili mo ang paniniwalang iyon

Sa kabila ng lahat ng magkasalungat na opinyon, ang iyong paniniwala ay magkakatatotoo sa katotohanan

Dapat matutong tumayo nang mag-isa, sinusupportahan ng sariling mga birtud at pagpapahalaga sa sarili

Ang espirituwal na kagalakan ay isang panibagong kagalakan at lalong lumilitaw sa mga taong malalim na nag-iisip tungkol sa Diyos. Ito ay isang kagalakan na tumutulong sa paggawa ng mga tamang desisyon at paggawa ng mga tamang bagay, at kapag ito ay natagpuan, ang mga hindi malusog na pagnanasa at pagnanasa ay naglalaho dahil nawawalan ang kanilang kaakit-akit kumpara sa espirituwal .na kagalakan

Ang ating Makapangyarihang Lumikha ay nagbigay sa atin ng buhay, lakas, at karunungan, at tungkulin nating ibigay sa Kanya ang ating atensyon at itaas ang ating mga puso sa Kanya nang may pagmamahal, pasasalamat, at .pagkilala sa Kanyang biyaya at kabaitan

Tulungan mo ako, O Diyos, na huwag magningas ng apoy ng galit, upang hindi ko masunog ng apoy ng sama ng loob ang mga luntiang oasis ng kapayapaan sa aking sarili at sa iba. Tulungan mo akong patayin ang apoy ng poot gamit .ang patuloy na pag-agos ng ulan ng aking pag-ibig

Nawa'y ang lawa ng aking kahinahunan at kapayapaan
ay manatiling kalmado at payapa, hindi maaabala ng mga
bagyo ng kawalang-kasiyahan na walang dala kundi
.paghihirap

Ang paggawa ng mga gawaing may motibasyon ng
tungkulin, o pagsasakripisyo ng mga personal na hangarin
sa paglilingkod at pagmamahal sa ibang tao, ay mas
.mainam kaysa sa paggawa nito dahil sa takot

Kahit na tumigil na ang isang tao sa paglabag sa mga
batas ng Diyos, dapat niya itong gawin dahil sa pagmamahal
sa Diyos, hindi dahil sa takot sa Kanyang parusa

Anuman ang iyong kinatatakutan, ilayo mo ang iyong
mga iniisip mula roon. Ipaubaya mo ito sa Diyos at patibayin
.ang iyong tiwala sa Kanya

Ang takot ay laging kasama ng tao, at ang pag-alis nito
ay posible sa pamamagitan ng pag-iisip tungkol sa Diyos at
.pagdama sa Kanyang presensya

Maaaring mahirap sa simula ang tahakin ang mga
landas ng kabutihan, ngunit ang mga ito ay mga
pinagpalang landas na humahantong sa kapayapaan ng isip
.at tunay na kaligayahan

Nawa'y sumikat ang kaluwalhatian ng Diyos sa bawat
sulok ng ating buhay, nawa'y manahan ang Kanyang pag-
ibig sa ating mga puso, at nawa'y mapuno ng Kanyang
liwanag ang ating kamalayan

O aking banal na minamahal, ang mga bulaklak ay
namumukadkad at ang mga panahon ay nagbabago, at lahat
ay nagsasalita tungkol sa iyo. Ang kabilugan ng buwan ay
nagpapakita ng mga katangian ng iyong ngiti, at ang araw
ay nagdadala ng iyong makalangit na lampara. Lumalangoy
ako sa dagat ng mga luha, umaapaw sa pananabik para sa
iyo. Sa mga dahon ng mga puno at mga ugat ng
sangkatauhan ay dumadaloy ang iyong buhay at sigla, at
nararamdaman ko ang pintig ng iyong kosmikong puso na
.tumitibok sa loob ko

Kapag nararamdaman ko ang iyong presensya,
pakiramdam ko ay gising ako sa ibang mundo, at paminsan-
minsan ay nananaginip ako sa mundong ito at sa maliit na
katawang ito—ang akin ay gising sa walang katapusang
kaligayahan, at ang aking panaginip sa buhay sa lupa ay
pinabango ng masasayang alaala ng aking mga sandaling
gising kasama ka. Binunot ko ang mga damo ng bangungot
mula sa hardin ng aking mga panaginip at itinanim sa
kanilang lugar ang mga rosas ng aking inspirasyon, kung
saan ang halimuyak ng aking pananabik ay aakit sa iyo, at
darating ka upang dalhin ako sa mga abot-tanaw ng walang
.hanggang kaligayahan

O Diyos, gawin Mo akong malinaw sa kadalisan at
kalinisan upang mailabas ko ang Iyong nakapagpapagaling
.na liwanag sa loob ko

Patahimikin ang nanginginig na salamin ng aking isipan
upang maipakita nito ang iyong walang hanggang mukha
Buksan mo nang malawak ang mga bintana ng
pananampalataya upang malanghap ko ang halimuyak ng
iyong kapayapaan

O Ikaw na nagniningning sa Iyong Sarili, O Kamahalan
na hindi kayang ilarawan, titigan mo ako gamit ang aking
mga matang nananabik sa Iyo, upang wala akong makitang
.anuman kundi Ikaw

Sa likod ng lahat ng mga penomeno at anyo ng buhay
ay naroon ang tahimik na tinig ng Diyos, na patuloy na
tumatawag sa atin sa pamamagitan ng mga bulaklak, mga
banal na aklat, ating mga konsensya, at lahat ng
.magagandang bagay na nagpapahalaga sa buhay

Ang bawat pagsisikap na ginagawa ng naghahanap
upang maabot ang mga espirituwal na tugatog ay binibilang
ng Diyos para sa kanya at ginagantimpalaan nang malaki
.para dito

Hinihiling namin sa Iyo, O Panginoon, na liwanagan Mo
ang aming mga isipan ng liwanag ng Iyong katotohanan, na

patibokin Mo ang aming mga puso ng Iyong pag-ibig, at
punuin Mo ang aming mga kaluluwa ng Iyong kagalakan at
.ng kasaganaan ng Iyong biyaya

Mula sa malinaw na abot-tanaw na hindi kayang
makapasok ng isip, ibinubuhos ng Diyos ang Kanyang
walang hanggang liwanag. At mula sa kosmikong isip ay
nagmumula ang mga dakilang inspirasyon at pinagpalang
kapangyarihan, at ang malikhaing aktibidad ay dumadaloy
.sa bukas at magkakasundong mga isipan

Kapag nalaman mo na ang iyong kaluluwa, ang iyong
puso, ang bawat kislap ng inspirasyon, ang asul na langit,
ang mga nagniningning na bituin, ang mga bundok, ang
lupa, ang mga ibon, at ang mga bulaklak ay pawang
pinagbuklod ng iisang hibla ng kosmikong ritmo, espirituwal
na kagalakan, at unibersal na pagkakaisa, saka mo
matatanto na pawang mga alon sila sa dibdib ng banal na
.karagatan na walang baybayin

Kung kalilimutan natin ang ating Lumikha, nararapat
lamang sa atin ang pagdurusa. Dapat nating mapagtanto na
ang Diyos ay ating minamahal at mahal tayo, at ang
kaalamang ito ang magpapalaya sa atin mula sa ating mga
.problema at pagdurusa

Ang tunay na umiibig sa Diyos ay hindi tumitigil sa
paghahanap sa Kanya, kahit na mabigo siyang matagpuan
Siya pagkatapos ng maraming pagtatangka. Tulad ng isang
alon na kailangang bumalik sa puso ng karagatan
pagkatapos humupa ang bagyo, gayundin ang taimtim na
naghahanap; mayroon siyang di-tuwirang paniniwala na ang
mga balakid ay maguguho at na siya ay tiyak na
makakasama sa kosmikong karagatan sa malao't madali—
ang walang hanggang karagatan na kanyang pinanggalingan
.at kung saan siya babalik

Kapag ang isip ay palaging iniisip ang banal na
minamahal, ang puso ay umaawit ng mga awit ng kagalakan
at kaligayahan

Ang espirituwal na emanasyon ay ang paglitaw ng tao
mula sa kung ano siya ngayon patungo sa kung ano siya
magiging sa hinaharap

Hindi maitatago ng isang tao ang kanyang tunay na
pagkatao sa iba; ang mga kilos ng kanyang mga iniisip ay
makikita sa kanyang kilos at makikita rin sa kanyang mga
.kilos

Marami ang may maling akala tungkol sa kalayaan;
itinuturing nila ang kalayaan bilang paggawa ng anumang
gustong gawin ng isang tao, at tinatawag ko ang kalayaang
.ito na kalayaan ng mga kapritso

Dahil sa hindi pagkakaunawaan sa tunay na katangian
ng kalayaan, inaalipin ng ilang magulang ang kanilang mga
anak sa tradisyon sa pamamagitan ng agarang pagtupad sa
kanilang mga hangarin. Lumalaki ang bata na naniniwalang
hangga't natutupad ang kanilang mga kahilingan, sila ay
masaya, at ang layunin ng buhay ay tuparin ang bawat
hangarin. Gayunpaman, natuklasan nila kalaunan na sila ay
nagkakamali, dahil ang labas ng mundo ay ibang-iba sa
buhay sa tahanan, at natututo sila na ang pagtupad sa
bawat hangarin ay hindi madali! Maaaring itakwil sila ng iba
at balewalain ang mga ito sa paghabol sa kanilang sariling
mga hangarin. Dahil dito, ang bata ay nagiging matigas at
manhid ang emosyon dahil sa matinding pagnanais na
masiyahan ang kanilang sariling mga hangarin.

Samakatuwid, dapat tulungan ng mga magulang ang
kanilang mga anak na malinang ang kanilang kalooban at
pag-unawa upang sila ay mabuhay sa mundo nang hindi
.nahuhulog sa mga patibong at bitag nito

Sabi ng ina, "Turuan mo siya nang may pagmamahal."

Siyempre, ang pagtrato sa mga bata nang may pagmamahal
ay karaniwang mabuti, ngunit ang labis na tamis ay
nakakasira ng ngipin, at gayundin, ang labis na
pagpapalayaw ay nakakasira ng mga bata. Kailangan ang
katatagan at determinasyon, ngunit kung ang isang bata ay

tratuhin at parusahan nang malupit dahil sa isang
pagkakamali, ang mga kahihinatnan ay magiging kakila-
kilabot. Dapat mayroong balanse sa kung paano tinatrato at
pinakikitunguhan ang mga bata ; dapat higgitan ng bawat
ama ang kanyang ugali ng pagmamahal at lambing, at dapat
timplahan ng bawat ina ang kanyang pagmamahal ng
.karunungan at pagkamakatuwiran

Dapat mapanatili ng isang tao ang isang matatag na
sikolohikal na estado ng pagmamahal at pananabik sa Diyos.
Sinubukan ko na ang maraming trabaho, ngunit anuman ang
uri ng aking trabaho, ang aking mga iniisip ay laging
.nananatili sa Diyos

Dapat nating tamasahin ang nilikhang ito, ngunit hindi
natin ito hahayaang maging alipin natin. At itinuro sa akin ng
karanasan na ang kagalakan ng paghahanap sa Diyos ay
.walang kapantay

Bago simulan ang mga pangunahing gawain, dapat
umupo nang tahimik, pakalmahin ang mga pandama at
kaisipan, magnilay-nilay nang malalim, at humingi ng tulong
sa Diyos upang makakuha ng espirituwal na patnubay at
.mabuting direksyon

Ipaunawa mo sa akin na ang ngiti sa mukha ng buwang-
liwayway, sa mga labi ng mga bulaklak, at sa mga mukha ng
.mga marangal na lalaki at babae ay ang iyong ngiti
Hindi ako maaapektuhan ng sunod-sunod na mga imahe
ng kasawian, malas, sakit, o anumang hindi inaasahang
balakid dahil napagtanto ko na ang isang disiplinadong
kamalayan na malapit na nauugnay sa kosmikong
kamalayan ay hindi direktang nagdurusa sa mga pagkabigo
.at pagkabagot

Ang kalayaan ay nangangahulugang kakayahang
kumilos ayon sa karunungan, hindi ayon sa dikta ng mga
hilig, gawi, at kapritso. Ang pagsunod sa ego ay
humahantong sa pagkaalipin, habang ang pagpapasakop sa

mga udyok ng espiritu ay humahantong sa paglaya mula sa
.mga hadlang

Wala akong pinagkaiba kung nakatira ako sa isang
marangyang palasyo o sa isang simpleng kubo, basta't
.kasama ko ang Diyos

Gagamitin ko ang aking perang kinita nang tapat para
mamuhay nang simple, at iiwan ang marangyang
.pamumuhay

Sa pamamagitan ng pananampalataya sa Diyos at
paggamit ng lakas ng loob, malalampasan ng isang tao ang
sakit, pagkabigo, at kamangmangan, hangga't ang mga
vibrations ng kalooban ay mas malakas kaysa sa mga
vibrations ng pisikal o sikolohikal na karamdaman. Kung mas
malalang ang sakit, mas malakas at mas determinado ang
kalooban, at mas malalim at mas matatag ang
.pananampalataya, upang makamit ang ninanais na resulta

Bigyan Mo ako ng inspirasyon, O Panginoon, na ilagak
ang aking tiwala sa Iyo lamang, hindi sa proteksyon ng tao.

Huwag Mong hayaang maparalisa ng takot at pagkabalisa
ang aking walang hanggang lakas upang harapin ang
anumang pagsubok sa buhay. Huwag Mong hayaang isipin
ang mga aksidente, kalamidad, at kasawian dahil sa takot na
ang mga ito ay aktwal na maipakita sa pamamagitan ng
pag-iisip at imahinasyon. At hayaan Mo akong mapagtanto,

O Panginoon, na gising man ako o natutulog, gising o
nawawala sa mga panaginip, buhay man o naghihingalo, ang
lyong nagpoprotektang presensya ay bumabalot at
.nagbabantay pa rin sa akin

Sabi ng matatalino: Ang bunga ng mabubuting gawa na
inuudyukan ng pagmamahal sa Diyos at kabutihan ay
pagkakasundo at kadalisayan. Ang bunga ng mga gawang
inuudyukan ng makasariling mga pagnanasa at ambisyon ay
sakit at pagdurusa. Ang bunga ng masasamang gawa ay
.kamangmangan at kahangalan

Ang mabubuting gawa ay nagdudulot ng kaligayahan,
habang ang mga makamundong kilos na dulot ng
pagmamahal sa sarili ay humahantong sa pagdurusa at
sakit. Gayunpaman, ang patuloy na masasamang gawa ay
sumisira sa kakayahan ng isang tao na makaunawa at
.makaunawa

Kung nais mong mamuhay nang mapayapa at may
pagkakaisa, dapat ay mabuti ang iyong mga intensyon, at
dapat mong ikalat ang mga kaisipan ng kabaitan at
damdamin ng pagmamahal. Kung namumuhay ka nang may
mabuting kalooban, matutulungan mo ang iba sa
.pamamagitan ng iyong halimbawa at mabuting pag-uugali
Sa sandaling makaramdam ako ng pagkabalisa at lito sa
pag-iisip, ako ay tatahimik at magmumuni-muni hanggang
sa makabawi ako ng aking kahinahunan, at sisimulan ko ang
bawat araw sa pag-iisip tungkol sa Diyos at paghingi ng
.Kanyang tulong at patnubay
Magpasya kang huwag hayaang lumaki at makapasok
ang mga nakakasakal na damo ng poot sa hardin ng iyong
buhay, isang hardin na puno ng mga birtud ng isang
marangal na espiritu. At habang lalo mong nililinang ang
mga mababangong katangiang ito na parang rosas, lalo
mong ihahayag sa iyo ng Diyos ang pinakadakilang lihim ng
.pag-iral sa loob mo

Ang layunin ng buhay ay upang makamit ang
kapayapaan, kasiyahan, imortalidad, kaligtasan, at
kaalaman sa katotohanan, at sa puso ng mga hangaring ito
na pumupukaw sa loob natin ay nakasalalay ang banal na
.diwa sa kaibuturan natin

Nawa'y matagpuan ko ang aking kalayaan sa Iyo, O
Panginoon, at mapagtanto ko na ang aking tunay na
tahanan ay ang Iyong ganap na pag-iral at ako ay isang
.mahalagang bahagi ng Iyong kosmikong kamalayan
O malawak at banal na dagat, hayaang ang mga ilog ng
aking mga hangarin, na dumadaloy sa mga disyerto ng mga

balakid at hadlang, ay sa wakas ay humalo sa iyong dakilang
kalaliman⁹

Sa banal na kuta lamang natin matatagpuan ang
proteksyon at seguridad, at walang mas ligtas na kanlungan
kaysa sa pakiramdam na malapit sa Diyos at paghawak sa
.Kanyang presensya

Dahil ang mga tao ay pinamamahalaan ng mga gawi na
humuhubog sa kanilang mga hilig, tendensiya, karakter, at
mga hangarin, kung ang mga gawi na iyon ay masama, ang
karakter ay nagiging mapaminsala at ang mga kilos ay
nagiging masama. Kaya naman, ipinapayong unahin ang
mabubuting gawi, dahil gagabayan nila ang ating mga kilos
at kaisipan tungo sa mga marangal na layunin at magdadala
.sa atin ng kalusugan at kaligayahan

Saanman may mga kaluluwang nalulungkot at
nagdurusa, natatagpuan ko ang aking kapanatagan sa
paglilingkod at pag-aliw sa kanila. Gagawin ko ang aking
makakaya upang magdulot ng kagalakan sa iba at
makikiramay sa kanilang mga nararamdaman na parang
.akin ang mga ito

May mga kakayahang pangkaisipan ang mga tao, ngunit
nananatiling hindi pa nabubuo ang mga ito sa karamihan ng
mga tao, at ang hindi paglinang sa mga kakayahang ito ay
humahantong sa mga malubhang kahihinatnan. Tulad ng
katawan, ang isip ay nangangailangan ng wastong nutrisyon
.at ehersisyo para sa kalusugan at sigla

Ang isang diyamante ay tumatanggap at sumasalamatin
ng liwanag, gayundin ang mga dalisay at malinaw na
kaluluwang nakakakilala sa Diyos at nagniningning sa
.Kanyang presensya

O Panginoon, Ikaw ang tunay na kayamanan sa buhay,
at sa pamamagitan ng paghahanap muna sa Iyo ay
.matatagpuan ko sa Iyo ang lahat ng aking kailangan
Karaniwang nakatuon lamang ang mga tao sa pagkain,
hangin, at sikat ng araw upang mapanatili ang mabuting

kalusugan, ngunit maaaring dumating ang panahon na lumalala ang kalusugan sa kabila ng kasaganaan ng mga panlabas na pinagmumulan ng buhay. Sa panahong iyon lumilitaw ang pangangailangang muling magkarga ng .reserbang enerhiya ng katawan mula sa loob

Kung ang bangka ng aking isipan ay lumalapit sa mga bato ng sakim na pagnanasa na may kasamang mga panganib at panganib, na itinutulak ng mabangis na bagyo ng kamangmangan, maging ikaw, O aking Diyos, ang aking tanglaw at laging gabayan ako sa mga baybayin ng Iyong .katuwiran at kabutihan

Ang pag-iisip ay parang apoy na ang purong kapangyarihan ay dapat gamitin upang sunugin ang mga balakid na pumipigil sa tagumpay

Ang Diyos ay matatagpuan sa pamamagitan ng patuloy na banal na pag-ibig. Kapag mas mahal natin ang Diyos kaysa sa Kanyang mga kaloob, Siya ay lalapit sa atin.

Binigyan Niya tayo ng malayang pagpapasya at kapangyarihang pumili upang makilala natin ang pagkakaiba ng mga panandalian at walang kabuluhang kaloob ng mundo at ang kaloob ng pagiging malapit sa Kanya at ang .kagalakan ng Kanyang pinagpalang presensya

Binigyan tayo ng memorya upang makapagsanay tayo sa pag-alala ng mabubuting bagay hanggang sa wakas ay maalala natin ang pinakadakilang kabutihan: ang Diyos

Ang simoy ng Iyong pag-ibig ay dumadaloy sa akin, O Panginoon! At ang mga dahon ng aking buhay ay sumasayaw nang may kagalakan sa Iyong pagdating. Ang kanilang nakalulugod na kaluskos ay lumulutang sa hangin, inaanyayahan ang mga pagod na magpahinga sa lilim ng .Aking espirituwal na kapayapaan

Ang mga paghihirap sa buhay ay hindi nilayon upang saktan tayo; sa halip, ang mga problema at karamdaman ay nagbibigay sa atin ng mga aral. Ang ating masasakit na karanasan ay hindi nilayon upang sirain tayo, kundi upang

linisin tayo at pabilisin ang ating pagbabalik sa ating dalisay
na pinagmumulan—ang Diyos—na gumagawa sa lahat ng
paraan upang tulungan tayo at ibalik tayo sa ating tahanan
.sa langit

Ang kawalang-hanggan ang ating tunay na tahanan, at
ang ating paglalakbay sa mundong ito at sa mga pisikal na
katawang ito ay parang isang panandaliang paglalakbay sa
.visa

Panginoon, alam ko na ang papuri ay hindi nagtataas sa
akin, ni ang kritisismo ay nagpapababa sa akin. Ako ay
ganito sa harap ng aking konsensya at sa harap Mo ay
magpapatuloy ako sa landas na ito, ginagawa ang aking
makakaya upang maglingkod sa lahat at nagsusumikap na
makamit ang iyong biyaya—dito nakasalalay ang aking
.kaligayahan

Isa kang natatanging nilalang at ang iyong kakanyahan
ay kahanga-hanga, kaya kilalanin mo ang iyong tunay na
.sarili

Sa pagsikat ng iyong pagdating, ang mga usbong ng
aking pananabik ay mamumulaklak tungo sa mababango at
matingkad na mga bulaklak

O Panginoon, bilisan Mo po ang pagdating ng araw na
iyon kung kailan ako maghahabi ng kuwintas na gawa sa
mga hamog na bulaklak at ilalagay ito sa iyong pinagpalang
.pintuan

Sa halip na patuloy na pagsikapan na palugdan ang
sarili lamang, dapat din niyang sikaping magdulot ng
kaligayahan sa iba. Kapag sinubukan niyang mag-alok ng
espirituwal, intelektwal, o materyal na suporta sa iba,
matutuklasan niya na natutugunan ang kanyang sariling
mga pangangailangan at ang tasa ng kanyang buhay ay
.umaapaw sa kagalakan

Ang mga makakamit ng maningning na tagumpay laban
sa kadiliman sa lupa ay magkakaroon ng liwanag ng

kaluwalhatian bilang kanilang bahagi at magtatamasa ng
.panloob na kapayapaan at kaligayahan

O Panginoon, patuloy Mong ikalat ang mga binhi ng
lyong mga pagpapala sa lupa ng aking puso, na inararo ng
pagsusumamo, upang ang mga ito ay lumaki at maging
malilim na mga puno na ang mga sanga ay magbunga ng
pinakamasarap at pinakamatamis na bunga ng pagkilala sa
.sarili

Madalas tayong nasasaktan nang hindi nagsisikap na
magbago, at iyon ang dahilan kung bakit hindi natin
natatagpuan ang pangmatagalang kapayapaan at
kasiyahan. Kung tayo ay magtitiyaga at magsisikap, tiyak na
malalampasan natin ang lahat ng paghihirap. Dapat tayong
magsikap na lumipat mula sa paghihirap patungo sa
kaligayahan, at mula sa kawalan ng pag-asa patungo sa
.katapangan

O Banal na Pag-ibig, pag-isahin Mo ang aking pag-ibig sa
lyong pag-ibig, paghaluin Mo ang aking buhay sa lyong
kagalakan, ang aking isipan sa lyong kosmikong kamalayan,
at pawiin Mo ang aking uhaw mula sa bukal ng lyong walang
.hanggang kagalakan

Ang puso ng tapat na naghahanap ay laging
bumubulong: "O aking Diyos at aking Minamahal, ayaw kong
malubog sa kaguluhan ng mapanlinlang na mundong ito, at
ang tanging nais ko ay gisingin ang lyong pag-ibig sa mga
puso ng mga tao. Ang aking puso, ang aking kaluluwa, ang
aking katawan, ang aking isipan, at lahat ng aking pag-aari
ay sa Iyo, O Panginoon." Ang naghahanap na iyon ay
.nakakarating sa Diyos at nakikilala Siya

Panginoon, pagkalooban mo kami ng bago at tunay na
pag-unawa sa kapatiran. Iwanan na natin ang mga digmaan
at pagalingin ang mga sugat ng mga bansa gamit ang
balsamo ng pagmamahal at ang walang hanggang ginhawa
.ng mahabaging pag-unawa

Pagpalain Mo kami upang kami ay makalaya mula sa
impluwensya ng kasakiman, sa pangingibabaw ng
panlilinlang, at sa pagkontrol ng mga ilusyon, at tulungan Mo
kaming bumuo ng isang bagong mundo kung saan ang sakit,
kamangmangan, at taggutom ay walang iba kundi mga
.pangarap ng isang malungkot at mapanglaw na nakaraan
Lutasin natin ang lahat ng problema hindi gamit ang
lohika ng gubat, kundi gamit ang pang-unawa, katotohanan,
at matibay na pananampalataya sa Iyo at sa Iyong banal na
.hustisya

Pinagsama tayo ng buhay dito sa loob ng ilang panahon,
at pagkatapos nito ay magkakahiwalay tayo ng landas.
Ngunit kung ang pag-ibig ng Diyos ay nananahan sa atin,
hindi mahalaga kung saan tayo pupunta, dahil gaano man
tayo kalayo naligaw, mananatili tayo sa loob ng bilog ng
banal na pag-ibig at hindi kailanman tunay na
.magkakahiwalay

Panginoon, gawin Mo akong isang agila ng espirituwal
na pag-unlad na pumapailanlang nang mataas sa mga
.eskinita ng makitid na pag-iisip at ekstremismo

Tawagin mo ako sa mas mataas at mas mataas na mga
abot-tanaw, lampas sa matinding pagyanig ng lupa at mga
ulap na humaharap sa sikat ng araw

Hayaan mong itaas ko ang mga pakpak ng balanse
upang mamuhay nang tama, at hayaang lumipad ako
patungo sa matayog na kalangitan sa ibabaw ng lahat ng
bagyo at unos, kung saan may malawak na abot-tanaw at
.kahanga-hangang mga pananaw

Dumarating ang kapayapaan kapag binubuksan natin
ang ating mga puso sa pagmamahal at kabaitan. Ang mga
may mapagmahal na puso at aktibo sa mabubuting gawa ay
nakararanas ng kapayapaan dahil nananahan ito sa kanila.

Ang kapayapaan ang santuwaryo ng langit at ang
.pundasyon ng isang masayang buhay

Dapat nating laging isipin ang banal na kagandahan sa
likod ng mga bulaklak, ang kosmikong liwanag sa likod ng
.araw, at ang dakilang buhay na kumikislap sa bawat mata
Kapag ang isang tao ay tunay na mabait at nagpapakita
ng paggalang sa iba, at gumaganti ng mga papuri, sila ay
palaging pakikitunguhan nang may pagpapahalaga at
.paggalang

Ipapalaganap ko ang aking pagmamahal sa iba upang
mabuksan ko ang daan para sa pag-ibig ng Diyos na
.dumating sa akin at manahan sa aking puso
Panginoon, hayaan Mo akong maging tanglaw para sa
mga nalulunod sa lalim ng kalungkutan. Tulungan Mo akong
magdala ng kagalakan sa iba nang may pasasalamat para sa
.esprituwal na kagalakang ipinagkaloob Mo sa akin
Tutunawin ko ang poot sa apoy ng aking pag-ibig, at
patatawarin ko ang iba at bibigyan ng pagmamahal ang
.lahat ng uhaw na puso

Ang tunay na pag-ibig ay ang pag-ibig na nagagalak sa
ginhawa ng minamahal

Nawa'y sumikat ang Iyong liwanag sa amin, O

Panginoon, at nawa'y punuin ng Iyong pag-ibig ang aming
mga puso magpakailanman

Ang pagkakaroon ng diwa ng pagkukusa ay
nangangahulugan ng pagkakaroon ng kapangyarihan ng
malikhaing imahinasyon na nagbibigay-daan sa isang tao na
mag-imbento ng isang bagay na hindi pa nagagawa ninuman
noon. Ang bawat tao ay ipinanganak na may ganitong
.kaloob na ipinagkaloob sa kanya ng Diyos

Ang pinakadakilang pag-ibig ay ang banal na pag-ibig,
na siyang nagpapaganda sa buhay nang higit pa sa mga
salita. Kapag nararamdaman mo ang Diyos na kasama mo,
lumalapit sa iyo saan ka man naroroon at ginagabayan ang
.iyong mga hakbang, nagsimula na ang banal na pag-ibig
Ang kapangyarihan ng katotohanan ay sumasalungat sa
hangin

Panginoon, kapag ako'y nahaharap sa mga pansamantalang paghihirap, hayaan Mo akong maalala ang iyong masaganang mga pagpapala sa akin noon, dahil alam kong ang iyong tulong ay hindi kailanman humihiwalay sa akin at ang iyong pangangalaga ay laging kasama ko. Sa Iyo, iniaalay ko ang aking taos-pusong pasasalamat para sa bawat biyayang dumarating sa akin mula sa Iyong bukas-.palad na kamay

Ang mga patak ng pag-ibig ay sumisikat sa mabubuting kaluluwa, at ang Diyos ay matatagpuan lamang sa dagat ng pag-ibig

Ang pang-unawa ay parang lamparang nagbibigay-liwanag sa landas ng isang tao at nagdudulot sa kanila ng tagumpay

Sa tagsibol, pinalamutian ng Diyos ang kalikasan ng pinakamagagandang rosas at bulaklak na may .magagandang kasuotan at matingkad na mga kulay

Ang kapayapaan ang unang tagapagbalita na nagpapahayag ng paglapit sa Banal na Presensya.

Pagkatapos, ang kapayapaan ay nagiging mga liwanag na .mas maliwanag kaysa sa walang katapusang kagalakan

Kapag sumisid ako nang malalim sa dagat ng pagmumuni-muni, nakakaramdam ako ng isang pinagpalang kilos sa aking pagkatao at naririnig ko ang isang bulong na "bores na nagsasabing, "Ako ay malapit na

Dapat bumaling sa loob, kung saan ipinapahayag ng kaluluwa ang sarili. Mula sa kaibuturan ng kaluluwa ay .nagmumula ang lahat ng karanasan ng panloob na buhay

Kapag napagtanto ng kaluluwa ang sarili nang may banal na kamalayan, nakakaramdam ito ng malaking kagalakan at paglawak patungo sa walang hanggan na .espasyo

Kung gagamitin mo ang lahat ng panlabas na paraan at mapagkukunan na magagamit mo, bukod pa sa iyong likas na kakayahan, upang malampasan ang lahat ng balakid na

maaaring humadlang sa iyong daan, malilinig mo ang mga
kapangyarihang ibinigay sa iyo ng Diyos: ang mga walang
limitasyong kapangyarihang nagmumula sa pinakamalalim
.na kaibuturan ng iyong pagkatao

Ang pag-ibig ay tumatahak sa ginintuang landas
patungo sa Diyos

Ilalatag ko ang sikat ng araw ng mabubuting hangarin at
mabubuting intensyon saanman gumapang ang kadiliman
ng hindi pagkakaunawaan

Kapag dumarating ang mga kahirapan, ngunit ayaw mo
pa ring tumigil sa pagsubok at pagsisikap, sa kabila ng lahat
ng balakid at hadlang, tutugon ang Diyos sa iyo at
.puputungan ng tagumpay ang iyong mga pagsisikap

O Panginoon, pupulutin ko ang bulaklak ng pananabik
mula sa hardin ng aking puso at ilalagay ito bilang handog
.ng pag-ibig sa Iyong banal na pintuan

Dahil ang ating mga iniisip at salita ang mga binhing
magdadala sa atin ng ani sa hinaharap, sisimulan ko ngayon
na punuin ang aking kamalayan ng mabubuti at positibong
.mga kaisipan

Lumilipad at pumailanlang ako sa eroplano ng aking
kamalayan pataas at pababa, hilaga at kanan, loob at labas
at saanman upang matuklasan na sa bawat sulok ng
kalawakan ako ay nasa piling ng Diyos at naroon pa rin
.hanggang ngayon

Mabuhay ang bawat sandali nang may kamalayan sa
iyong kaugnayan sa walang hanggang Ganap. Walang
katapusan ang iyong kamalayan, at lahat ng bagay ay
kumikislap at nagniningning na parang mga bituin sa
.kalangitan ng iyong pagkatao

Ang paglayo, o kawalan ng pagkakabit, ay ang
matalinong landas na tinatahak ng naghahanap, kusang-loob
na inaalís ang mga walang kabuluhang bagay para sa
kapakanan ng mga mas dakila. Hindi niya ibinubuklod ang
kanyang sarili sa panandaliang senswal na kasiyahan sa

paghahangad ng isang panibagong panloob na kagalakan.

Ang paglayo ay hindi isang layunin sa sarili nito, ngunit nagbubukas ito ng daan para sa paglitaw ng mga birtud at .espirituwal na kapangyarihan ng kaluluwa

Ang espirituwal na tagumpay ay sumusulong nang may matapang na mga hakbang sa mga landas ng buhay
Dapat sulitin ng isang tao ang kanyang kasalukuyang buhay, buksan ang mga bintana ng kanyang puso, gisingin at buhayin ang mga natutulog na kakayahan ng kanyang .kaluluwa

Sa likod ng mga maskara ng pagbabago at transpormasyon ay naroon ang banal na presensya. At sinumang makapagpapatatag ng salamin ng kanilang isipan at mapigilan ito sa pagyanig, ay makikita sa malinaw na .salamín na iyon ang mukha ng kosmikong minamahal
Ang pag-ibig ay mas malakas kaysa sa kamatayan at sa mga pinsala ng panahon

Ang pagsusuri sa sarili ang susi sa tagumpay, at ang pagninilay ay isang salamin kung saan nakikita natin ang mga panloob na sulok na kung hindi man ay mananatiling nakatago mula sa ating paningin. Dapat nating suriin ang ating mga pagkukulang, makilala ang pagkakaiba sa pagitan ng positibo at negatibong mga tendensiya, at tukuyin ang .mga hadlang sa pag-unlad at tagumpay

Kayganda mo, O kaibigan! Ikaw na kumukuha mula sa tubig ng taos-puso at palakaibigang pagmamalasakit, at ang mga dahon ay nababasa ng hamog ng panloob at panlabas na tamis na nagmumula sa kaibuturan ng taos-puso at tapat .na mga puso

Minsan ay nakakita ako ng isang maliit na langgam na sinusubukang umakyat sa isang tambak ng buhangin, at naisip ko sa sarili ko: iniisip siguro ng langgam na umaakyat ito sa Himalayas! Ang tambak ng buhangin ay maaaring tila napakalaki para sa langgam, ngunit hindi para sa aking mga

mata. Gayundin, ang milyun-milyong solar years natin ay
.maaaring wala pang isang minuto sa isipan ng Diyos
Dapat nating sanayin ang ating mga sarili na mag-isip
tungkol sa mga dakilang bagay tulad ng kawalang-hanggan
at kawalang-hanggan

Naglakbay ako sa mundo ng kawalang-hanggan at
nasaksihan ang kumikinang na ambon sa lupain ng liwanag,
at sa buhay na kinang na iyon ay nabasa ko ang mga
kahulugan ng mga lihim na nakasulat sa mga pahina ng
.panahon

Kapag natutulog ka, pasibo mong pinapatahimik ang
mga iniisip at nararamdaman. Ngunit kapag sinasadya mong
pinapatahimik ang mga iniisip at nararamdaman sa
pamamagitan ng meditasyon, ang unang bagay na iyong
mararanasan ay isang estado ng kapayapaan, at ang iyong
mga kalamnan sa mukha ay natural na bumubuo ng isang
ngiti na sumasalamin sa panloob na kapayapaan. Ngunit
dapat kang tumingin nang lampas sa estadong ito ng
kapayapaan upang madama ang kadalisayan ng iyong
kaluluwa—isang kadalisayan na walang bahid ng sensory
stimuli o awtomatikong reaksiyon sa mga kaisipang
nauugnay sa mga pandama. Ang estado na iyong
mararanasan ay isa sa walang hanggan at patuloy na
.nababagong kaligayahan

Kung maglalagay ka ng isang mangkok ng tubig sa
ilalim ng liwanag ng buwan at pagkatapos ay haluin ito,
lilikha ka ng isang baluktot na imahe ng buwan. Kapag ang
tubig ay tumilapon sa mangkok, ang repleksyon ay nagiging
malinaw. Ang mga sandali kung kailan ang tubig sa mangkok
ay tahimik at sumasalamin sa mukha ng buwan nang may
perpektong kalinawan ay maihahambing sa isang estado ng
mapagnilay-nilay na kapayapaan at isang estado ng malalim
na katahimikan. Sa kapayapaan ng pagmumuni-muni, lahat
ng alon ng mga sensasyon at kaisipan ay tumitigil sa pag-
agos mula sa isipan. At sa mas malalim na estado ng

kapayapaan, ang taong mapagnilay-nilay, sa katahimikang
iyon, ay nakikita ang kabilugan ng buwan ng banal na
.presensya na makikita sa lawa ng kaluluwa

May apat na estado na pamilyar ang isang karaniwang
tao: kaligayahan kapag natupad ang isang pagnanais,
kalungkutan kapag tinanggihan ito, pagkabagot kapag hindi
masaya o nalulumbay, at kapayapaan kapag nadaig ang
mga emosyong ito o sikolohikal na estado ng kasiyahan,
.sakit, at pagkabagot

Ang kapayapaan ay isang lubos na kanais-nais na
kalagayan, na nagmumula sa kawalan ng kalungkutan at
kasiyahan, at kawalan ng pagkabagot. Ang mga kalagayang
ito ay patuloy na nagbabago at umaalon sa ibabaw ng
kaluluwa. Matapos sakyan ang magulong alon ng sakit at
kasiyahan, kabilang ang paulit-ulit na paglubog sa kailaliman
ng pagkapagod, may kagalakan sa paglutang sa kalmadong
dagat ng kapayapaan. Ngunit higit pa sa kapayapaan ang
espirituwal na kaligayahan—ang kaligayahan ng kaluluwa—
ang sukdulang kaligayahan. Ito ay isang walang hanggang
kagalakan na hindi kumukupas kundi nananatili sa kaluluwa
magpakailanman. Ang pinakamataas na kagalakang ito ay
makakamit lamang sa pamamagitan ng kamalayan sa banal
.na presensya

Ang tunay na ngiti ay isang ngiti ng espirituwal na
kaligayahan na nakukuha mula sa pagmumuni-muni at pag-
.iisip tungkol sa Diyos at pagdamay sa Kanyang presensya
Ang aking ngiti ay nagmumula sa isang malalim na
kagalakan sa aking kalooban—isang kagalakang
mararanasan ng lahat. Ito ay parang bango na nagmumula
sa puso ng isang namumulaklak na rosas. Ang dakilang
kagalakang ito ay nag-aanyaya sa iba na ilubog ang kanilang
.sarili sa sagradong tubig ng kaligayahan

Sa liwanag ng mapalad na pagpapatawad, ang
kadiliman ng poot na naipon sa loob ng maraming taon ay
naglalaho

Mabilis na tinutupad ng Diyos ang anumang
pangangailangan ng Kanyang mga mananamba dahil
napalaya na nila ang kanilang mga sarili mula sa
makasariling mga motibo na sumisira sa mga pagsisikap at
.bumibigo sa mga pag-asa

Siyang pinoprotektahan ng Diyos, walang makakasira
Hindi tayo nag-iisa sa mundong ito, dahil ang Diyos ay
kasama natin, at may mga nagtatagal, matalik, at
palakaibigang ugnayan kung saan tayo kumukuha ng
.suporta at kagalakan

O nagniningning na bituin ng patnubay sa kalangitan ng
karunungan, ang iyong makinang na kislap ay nag-aanyaya
sa akin na galugarin ang iyong pinagpalang mga abot-tanaw,
at ang aking nananabik na ibon ay mabilis na sumusugod,
tumatagos sa siksik at madilim na kapaligiran, dulot ng
pananabik sa iyo at paglubog sa iyong pinakabanal na
.liwanag

Ang personalidad ng isang tao ay nagsisimulang
umunlad at mamulaklak kapag nararamdaman niya - sa
pamamagitan ng panloob at intuwitibong sensasyon - na
hindi ito ang matibay na pisikal na katawan kundi ang
.walang hanggang espirituwal na agos sa loob ng katawan

Kapag ang puso ng disipulo ay umaapaw sa
pagmamahal sa Diyos, ang kanyang mukha ay
magniningning na may ngiti ng kapayapaan at karunungan,
at ang mga patong ng kamangmangan na bumabalot sa
.kanyang kaluluwa ay madudurog at tuluyang maglalaho

Kapag tiningnan mo ang isang bulaklak o puno,
malalaman mo na ang mga magagandang anyo ng buhay na
ito ay hindi umiral nang mag-isa. Ang Diyos ang humubog sa
kanila at nagbigay sa kanila ng bango at napakagandang
.kagandahan

Palaging gampanan ang iyong mga tungkulin, maliit
man o malaki, nang may malalim na atensyon, alalahanin na
ang Diyos ang gumagabay sa iyong mga hakbang at

nagpapalakas sa iyong mga pagsisikap upang makamit ang
.iyong mga marangal na mithiin

Kapag ang isang tao ay kumonekta sa kanilang
espirituwal na esensya, ang matagal nang nakalimutan at
lumipas na mga panahon at ang imortal na kapangyarihan
ng kaluluwa ay bumabalik sa kanilang kamalayan. Sa
meditasyon, naaalala ng isa na sila ay isang imortal na
.kaluluwa, hindi isang mortal na katawan
Saanman tayo makakakita ng mga tao, mabuti man o
masama, na naghahanap ng kaligayahan sa sarili nilang
paraan. Walang sinuman ang gustong saktan ang kanilang
sarili. Kaya bakit may mga taong kumikilos sa mga paraang
hindi maiiwasang magdulot sa kanila ng sakit at
kalungkutan? Dahil ang mga kilos na iyon ay hinihimok ng
.kamangmangan at maling akala

Hinihiling namin sa Iyo, O Panginoon, na liwanagan Mo
kami ng liwanag ng Iyong karunungan at alisin Mo sa amin
ang kadiliman ng kamangmangan at maling akala
Ang isang taong may malay ay dapat maging maingat
sa halip na matakot, at dapat linangin sa kanyang sarili ang
isang pakiramdam ng katapangan nang walang kawalang-
ingat at padalus-dalos upang hindi malantad ang kanyang
sarili sa mga pangyayaring maaaring magdulot ng takot at
.pagkabalisa

Ang karunungan ay hindi nakasalalay sa pagpasok ng
impormasyon mula sa labas, kundi sa kapangyarihan ng
panloob na pagtanggap, na siyang nagtatakda sa dami ng
tunay na kaalaman na maaaring makuha at ang bilis kung
.saan maaaring makamit ang kaalamang iyon

Ang mundong ito ay isa lamang entablado kung saan
ginagampanan natin ang ating mga tungkulin sa ilalim ng
pamamahala ng Banal na Tagapamahala. Dapat tayong
gumanap nang mahusay anuman ang uri ng mga tungkuling
itinalaga sa atin, laging alalahanin na ang ating mahalagang
.katangian ay walang hanggang kaligayahan

Ang pinakamatalino sa lahat ay siyang naghahangad na
makilala ang Diyos, at ang pinakamatagumpay sa lahat ay
siyang nakatagpo na ng Diyos

O Mahal na Diyos, nawa'y ikaw ang maging unang lugar
sa aming buhay, nawa'y punuin ng iyong nakapagpapagaling
na pag-ibig ang aming mga puso, at nawa'y pawiin ng iyong
pinagpalang liwanag ang kadiliman ng mga alalahanin sa
.aming mga kaluluwa

Ang kalayaan ay nangangahulugang pagkilos ayon sa
konsensya, hindi ayon sa dikta ng nakasanayan at
pagnanasa. Ang pagsunod sa ego at mga kapritso nito ay
nagbubunga ng mga limitasyon, habang ang pagsunod sa
mga udyok ng karunungan ay nagkakaloob ng kalayaan
.mula sa mga limitasyong iyon

Ang kapayapaan ng isip ay matatagpuan sa
pamamagitan ng malay at sinadyang pagpapaunlad ng
mabubuting katangian, na, kapag ganap na lumaki, ay hindi
maaaring alisin sa may-ari nito maliban kung pipiliin niyang
.isuko ang mga ito nang kusang-loob

Karamihan sa mga tao ay naghahanap ng kaligayahan
gamit ang mga maling pamamaraan. Ang ilan ay naniniwala
na maaari nilang doblehin ang kanilang kaligayahan sa
pamamagitan ng pag-aampon ng mga maling pag-uugali at
hindi malusog na mga kilos na tila nag-aalok ng kumikinang
na mga pangako ng labis at pangmatagalang kaligayahan,
at sila ay nalililang ng mga maling pangakong iyon, dahil
ang lasa ng tunay na kaligayahan ay hindi malalasap sa
.impyerno ng mga maling ilusyon at maling kilos

Ang bawat minuto ay walang hanggan dahil ang
kawalang-hanggan ay maaaring maranasan sa loob ng
minutong iyon. Ang mga araw, minuto, at oras ay mga
bintana kung saan natin masisilayan ang kawalang-hanggan.

Ang buhay ay maikli, ngunit kasabay nito ay walang
katapusan at walang hangganan. Ang kaluluwa ay imortal, at

sa maikling kabanatang ito ng buhay ng tao, dapat nating
.sulitin ang bawat potensyal at pagkakataon na magagamit

Ang mga salitang espirituwal ay parang mga buto na
nangangailangan ng matabang lupa upang sumibol, lumaki,
mamulaklak, at mamunga

Ang espirituwal na paglago ay nangangailangan ng
pagninilay-nilay sa sarili, pagsasaayos ng mga prayoridad sa
buhay, pagtukoy at pag-aalis ng mga mapaminsalang gawi,
at pagsunod sa mga tuntunin at batas sa kalusugan
alinsunod sa umuunlad na espirituwal na pag-unawa at
.lumalagong lakas ng pag-iisip

Kapag natikman ng disipulo ang banal na kagalakan,
matutuklasan niya na ang Diyos ay naging mas totoo sa
kanya kaysa sa anupaman, at matatanto niya na ang
paghipo sa banal na presensya ay isang kaligayahan na
.walang katumbas na kasiyahang pandama

Gumagawa ang Diyos upang gisingin ang espirituwal na
kamalayan ng tao at gabayan ang kanyang kalooban sa
tamang direksyon sa pamamagitan ng kagandahan ng
birtud, ang kadakilaan ng pagpaparaya, ang kamahalan ng
.karunungan, at ang karilagan ng espirituwal na kaligayahan

Hindi ko ituturing na estranghero ang iba dahil
pakiramdam ko ay kapatid ko silang lahat. Gagawin kong
matagumpay at makabuluhan ang buhay ko upang
matulungan ko ang iba na magtagumpay at magtagumpay.
Makikiramay ako sa iba at magpapakita sa kanila ng habag
habang ipinapakita ko ang aking sarili. Mamahalin ko ang
Diyos tulad ng pagmamahal sa Kanya ng mga propeta at
mga banal, at itatapon ko ang pagkamakasarili sa balon ng
.aking pagmamahal sa iba

Sa kabila ng panandaliang buhay na ito sa lupa, na
maaaring mamatay, ay naroon ang isang walang hanggan at
hindi nagbabagong buhay. Ang katawan ay binubuo ng mga
elementong kemikal na nabubulok at nawawala, ngunit sa
kabila ng panandaliang pag-iral na ito ay naroon ang isang

walang hanggan at makalangit na buhay sa piling ng Diyos.
Samakatuwid, hindi natin dapat ituon ang lahat ng ating
atensyon sa walang-hanggang katawang ito, at ang mga
nagnanais nito ay dapat magtiis sa mga pagsubok nito at
.maging mga panginoon nito

Ngayon ay susubukan kong tulungan ang mga
nangangailangan at ibigay ang aking makakaya sa mga
nagugutom

Ako'y ligtas at panatag sa pangangalaga ng Diyos at sa
likod ng aking malinis na konsensya, ako'y kaisa ng liwanag
ng kabutihan na gumagabay sa mga barko ng kaluluwang
hinahampas ng mga alon ng kalungkutan sa dagat ng
.kalituhan at pagkabalisa

Ngayon ay nararamdaman ko ang Diyos sa
pamamagitan ng kapayapaang nanginginig sa loob ko at
pumupukaw sa mga hibla ng aking puso

Gagawin ko ang lahat ng aking makakaya upang
mapasaya ang iba, tulad ng pagsisikap kong mapasaya ang
aking sarili, at sa pamamagitan ng aking espirituwal na
kaligayahan ay maglilingkod ako sa lahat sa bahay ng banal
na pag-ibig at wala akong katatakutan kundi ang aking sarili
.kung susubukan kong linlangin ang aking konsensya

Mula sa mga hardin ng kaluluwa

May balak kang pumunta sa isang lugar, at minadali mo
ang iyong sarili upang makarating doon nang mabilis.
Pagdating mo, hindi mo nasisiyahan sa lugar dahil sa
kasabikan, pagkabalisa, at marahil pati na rin sa kaguluhan
na iyong nararamdaman. Sa halip, sikaping maging mas
kalmado, mas mahinahon, at mas balanse. Kung ang iyong
mga iniisip ay nakahilig sa pag-aalala at pagkabalisa, pilit na
pigilan ang mga ito hanggang sa makabawi ang mga ito ng
.kanilang kahinahunan

Ang excitement ay negatibong nakakaapekto sa balanse
ng nervous system dahil nagpapadala ito ng malaking dami

ng enerhiya sa ilang bahagi ng katawan habang inaalis ang natural na bahagi nito sa iba. Ang kawalan ng balanseng ito sa distribusyon ng enerhiya ang sanhi ng nerbiyos. Ang isang kalmado at relaks na katawan ay nagpapakalma sa mga nerbiyos at nagtataguyod ng sikolohikal na kagalingan. Kasuwato ng Diyos, unti-unting nagsisimulang mabuo ang panloob na pananaw. Dapat magkaroon ng lubos na pananampalataya na sasagutin ng Diyos ang bawat taos-pusong panalangin. Sinumang bumaling sa Kanya upang humingi ng kaliwanagan ay mabubuksan ang kanilang paningin at magliliwanag ang kanilang isip at puso. Kapag nabuksan ang pananaw, ito ay nagpapakita bilang isang pakiramdam na tila nagmumula sa puso, isang pakiramdam ng malalim na kalinawan at katumpakan. Sa pamamagitan ng pakiramdam na ito, ang naghahanap ay nagkakaroon ng matibay na paniniwala at matibay na gabay upang tahakin ang tamang landas, at unti-unting nakikilala at pinagkakatiwalaan ang pakiramdam na ito.

Hindi ito nangangahulugan ng tuluyang pagtalikod sa pag-iisip; ang mahinahon at walang kinikilingang pag-iisip ay humahantong din sa malalim na pag-unawa. Ang emosyonal na pag-iisip, na hinihimok ng kayabangan at pagpapahalaga sa sarili, ay humahantong sa mga hindi pagkakaunawaan at maling konklusyon.

Tanggihan ang mapanirang pagdududa at mga maling paniniwala nang buong puso, at ibaling ang iyong puso at kaluluwa sa larangan ng pananampalataya at ganap na pagtitiwala sa Diyos. Sa katahimikan ng pagmumuni-muni, ang iyong kamalayan ay makakapagtuon sa katotohanan at tamang pag-unawa. Sa karanasang ito, ang pananampalataya ay namumulaklak at nabubuksan, at sa pamamagitan ng pananaw, mararanasan mo ang hindi pa nakikita ng mata, hindi pa naririnig ng tainga, at hindi pa naiisip ng isip ng tao.

Ang bawat hininga ng aking pananabik at pagsusumamo
ay nagbubukas ng mga pinto at bintana sa aking kaluluwa
.kung saan ako patungo sa kaligayahan ng Diyos
Kung paanong sumisikat ang araw sa pinakamaabalang
mga kalsada, makikita ko rin ang mga sinag ng banal na
pag-ibig sa lahat ng mataong lugar ng aking pang-araw-araw
.na gawain

Pagpalain mo ako, O Panginoon, upang magising ko ang
aking kaluluwa sa buhang-liwayway at madala ito sa Iyong
pinagpalang pintuan

O Panginoon, pagkalooban Mo po ako ng mapagbigay
na espiritu upang ibahagi sa iba ang aking mga kakayahan,
at tulungan Mo po akong makita sa tahimik na lawa ng aking
isipan ang repleksyon ng buwan ng aking kaluluwa na
.nagniningning sa liwanag ng Iyong presensya

Ngayon ay sisid ako nang malalim sa dagat ng
pagmumuni-muni at pagninilay-nilay sa Diyos hanggang sa
matagpuan ko ang mga perlas ng karunungan at banal na
.kagalakan

Mamahalin kita, Panginoon, higit sa lahat, dahil kung
wala ka, hindi ko kayang mahalin ang sinumang tao o
.anumang bagay

Sa kaibuturan ng mga bundok at tahimik na kalangitan,
at sa kaibuturan ng aking kaluluwa at ng kweba ng
katahimikan, nararamdaman ko ang presensya ng Diyos at
nararamdaman ang Kanyang patuloy na kagalakan, at
umiinom ako mula sa Kanyang dalisay na mga bukal na hindi
.tumitigil o natutuyo magpakailanman

Mahal at sinasamba Kita, O Panginoon, na ang pag-ibig
ay naghahari sa bawat mabait at mapagmahal na puso
May humiling sa gurong si Paramahansa na ipakita sa
kanya ang isang paraan upang mapaunlad ang isang kaakit-
akit at mapang-akit na personalidad, at sinabi niya: Dapat
kang maging aktibo sa pag-iisip kapag nakikipag-ugnayan sa
iba dahil ang pagiging limot ay mas nakakasira sa pagkatao

ng isang tao kaysa sa anumang bagay. Siyempre, hindi ko tinutukoy ang pagiging limot ng mga dakilang tao, na ang mga iniisip ay karaniwang nakatuon sa malalalim na bagay

Maging laging alerto at mapagmatyag, at ikaw ay

magiging isang kaakit-akit na pang-akit

Walang gustong balewalain. Gusto nating lahat na isaalang-alang at bigyang-pansin ang ating mga nararamdaman, at gayundin, dapat nating isaalang-alang ang damdamin ng iba at ipakita ang konsiderasyon sa kanila upang makamit ang pagkakasundo at pag-unawa. Upang magawa ito, dapat kang maging alerto, mapagmasid, at matulungin sa lahat ng tao sa paligid mo

Walang kapangyarihan ang mga patay na mang-insulto sa iba, ngunit ang taong hindi sila pinapansin ay may kapangyarihang mang-insulto sa iba

Kapag kasama mo ang iba, makipag-ugnayan sa kanila nang may atensyon, masigla, at may interes, ngunit iwasang pag-usapan ang iyong sarili

Gusto ng lahat na pag-usapan ang kanilang sarili, ngunit ito ay isang mahinang pamamaraan. Hayaan ang iba na pag-usapan ang kanilang sarili kung nais nila; pakinggan ang kanilang sasabihin. Hayaan silang magsalita tungkol sa kanilang mga problema, kanilang mga nagawa, at kanilang mga impresyon, ngunit hayaan ang iyong magnetismo na magsalita para sa iyo. Ang liwanag ng lampara ay malinaw na nagsasalita para sa sarili nito; hayaan ang iyong tahimik na mga vibrasyon na magsalita para sa iyo nang may pantay na kalinawan

Ipinakita sa akin ng Diyos sa isang pangitain na ang mga namamatay sa labanan ay may kakila-kilabot na panaginip ng kamatayan, ngunit sa sandaling bumangon ang mabubuti mula sa katawan, sila ay nagigising na parang mula sa isang nakakagambalang bangungot at natutuwa na malaya na rito

Ang lahat ng ating mga karanasan sa buhay ay bahagi ng kosmikong panaginip. Ang sangkatauhan ay lumikha ng bangungot ng digmaan, ngunit pagkatapos umalis ang mga biktima ng bangungot na ito sa kanilang mga katawan, napagtanto nila na ito ay isang kakila-kilabot na panaginip kung saan sila nagising, at naunawaan nila na hindi sila .patay. Ito ay isang malalim na metapisikal na katotohanan Kung alam ng isang tao na nananaginip sila, hindi sila magdurusa sa mga nakakagambalang karanasan sa panaginip. Ngunit kung makakamit nila ang pagsasakatuparan ng sarili sa loob ng panaginip at may isang taong nagbigay ng nakamamatay na suntok, ang kamatayan sa panaginip na iyon ay tila isang tunay at nakakatakot na pagsubok hanggang sa magising sila at .mapagtanto na hindi ito totoo

Ito rin ay naaangkop sa kalagayan pagkatapos ng kamatayan. Sa sandaling lisanin natin ang ating mga katawan, napagtatanto natin na ang ating kamalayan ay hindi namatay, kundi tayo ay napalaya na mula sa katawan at sa mga materyal na limitasyon at limitasyon nito, at sa .kalayaang iyon nakasalalay ang isang dakilang kalayaan Hindi natin dapat hilingin ang kamatayan, bagkus ay ihanda ang ating kamalayan sa pamamagitan ng pakikipag-isa sa Diyos at pagninilay-nilay sa Kanya, upang kapag dumating ang kamatayan sa takdang panahon nito ay .maituturing natin itong isang panaginip lamang Nakikita ko ang mapangaraping kalikasan ng buhay at kamatayan kahit kailan ko gusto Kaya naman, hindi ko masyadong binibigyang-halaga ang katawang ito Mayroong espirituwal na pisyolohiya na nasa ilalim ng sistema ng nerbiyos na natatanging nagpapahintulot sa mga tao na maabot ang pinakamataas na yugto ng pag-unlad ng .kamalayan

Ang utak ng tao, na mas malaki kaysa sa utak ng karamihan sa mga hayop maliban sa mga balyena at

elepante, ay mas kumplikado at nagtataglay ng mas
malaking kapasidad sa pag-iisip. Dahil dito, ang utak ng tao
ay isang angkop na instrumento para sa mga tao, na
nagtataglay ng mas maunlad na kamalayan kaysa sa ibang
mga nilalang. Ang masalimuot at masalimuot na mga paliku-
likong anyo ng utak ay nagbibigay-daan sa mga tao na mag-
isip nang malalim at malalim. Samakatuwid, tanging ang
sangkatauhan lamang ang may kakayahang umabot sa
matataas na antas ng pag-unawa, at dahil dito, makilala ang
Lumikha nito. Ang matalinong tao ay ang taong ginagamit
ang kanilang mga kakayahang intelektwal sa paglilingkod at
kapakinabangan ng sangkatauhan sa materyal, intelektwal,
.at espirituwal na antas
Dumating ang taglamig na suot ang malamig, puti, at
mala-liryong balabal nito
Ang aking mga hangarin para sa mga kagalakan ng tag-
araw ay naglaho na
Sinabihan akong hanapin ang init ng iyong mabait na
puso
At nang lumitaw ang tagsibol, sumasayaw, pinalamutian
ng lahat ng uri ng mga bulaklak
Naaamoy ang bango ng mga bukid at burol, sinabihan
akong mahalin ka, aking Diyos
At dumating ang tag-araw, umaawit ng mga berdeng
himig nito sa malalambot na dahon, ang kaluskos ng mga
poplar, at ang kaluskos ng mga puno ng pino
Iginiit niya na bigkasin ko sa iyo
Kahit ang malambot at malambot na lupa ay humaplos
sa aking nagmamadaling mga paa
At hiniling niya sa kanila na lumapit sa iyong umiiral na
santuwaryo
Sinabi sa akin ng banayad na halimuyak na sundan ang
landas nito
Sa iyong banal na templo sa puso ng mga rosas at basil
na umuugoy

At sinabihan ako ng mga ibon na umawit sa iyo tulad

nila

At ang umaalon na simoy ng hangin sa ibabaw ng mga

sapa at batis

Ginising ko ang mga bula ng aking pag-ibig para sa iyo,

at nagsimula silang magliwaliw sa ibabaw ng iyong malaking

dibdib

At sa pamamagitan ng mga kurbadong hibla ng damo,

natuto akong yumuko

Yumuyuko ako sa iyo, O Panginoon

At ang insenso ay nagbalita rin sa akin ng kahanga-

hangang halimuyak ng iyong pabango

At paano ko dapat panatilihin ang aking puso ng

iyong sagradong halimuyak sa harap ng iyong walang

?hanggang trono

At ang maliliit, tahimik, at matiyagang mga bato ay

nagsabi sa akin upang makita kita kahit sa mga taong

nagtatangkang nakawin ang aking kaligayahan

Hiniling sa akin ng mga nakalimutang taon na

magpadala sa aking kapwa tao ng mensahe ng pagmamahal

at pagsinta na nakabalot sa bawat minuto at segundo

At bawat pag-iisip ay nagsasabi sa akin na hanapin ka

sa kanyang puso

Ang pagmamahal ko ang nagbigay inspirasyon sa akin

na mahalín ang lahat ng umiiral sa pamamagitan mo

At bumulong sa akin ang aking pag-ibig, "Mahalin mo

"ako ng buong lakas na taglay ko, O aking Diyos

Minsan ay nakahiga ako sa isang kama ng damo at mga

bulaklak at pinangarap na ang lahat ng bagay sa mundo ay

maganda at masaya

Ang aking ulo ay nakapatong sa matataas, berde, at

makakapal na damo, na nagpapaypay sa akin ng mga simoy

.ng hangin na may dalang matamis na halimuyak

Pagkatapos ay napilitan akong hawakan ang aking

kamay at ang aking katawan, at ako'y namangha sa

kadakilaan ng Lumikha nito. Oo, ako'y namangha na ako, na sigurado sa katotohanan ng aking katawan, ay balang araw ay iiwan ko itong magpahinga sa lupa—ang katawang ito na magiging malamig, maputla, at hindi gumagalaw sa oras ng kamatayan, habang ngayon ay tila masigla ito sa buhay at nagtataglay ng daan-daang sensasyon, milyun-milyong .kaisipan, at bilyun-bilyong pantasya at persepsyon

Ang katawang ito ang yugto kung saan nagbubukas ang mga kabanata ng buhay, kung saan namumulaklak ang mga usbong ng ngiti, na susundan lamang ng hindi maiiwasang pagdating ng kamatayan. Dito, sa gitna ng laman, buto, at dugo, at sa likod ng magandang maskara ng balat, nagkukubli ang mga lobo ng sakit at ang mga halimaw ng pagnanasa. At dito rin, sa ilalim ng laman, ay naroon ang isang lihim na daanan patungo sa kaharian ng liwanag. Ang katawang ito ay malalanta at maglalaho kapag ang panginoon nito—ang kaluluwa—ay umalis dito nang walang hanggan. At bakit hindi? Sapagkat kapag ang naliwanagang panginoon ng pisikal na tahanan ay napapagod nang manirahan sa maputik at gumuguhong kubo ng materya, na nakagapos ng mga tali ng nerbiyos na nangangailangan ng patuloy na pangangalaga, siya ay nakakahanap ng aliw sa ibang bahay sa isang sulok ng mundo ng Diyos—sa ibang larangan ng ganap na pag-iral kung saan ang halimuyak ng kagalakan ay kumakalat sa lahat ng dako at walang .humpay

Ang imortal na kaluluwa ay gumaganap ng papel ng buhay at kamatayan nang may walang hanggang ngiti, pagkatapos ay aalis patungo sa walang hanggang tahanan nito

Obligado ba ang mga manonood ng pelikula na manatili sa sinehan magpakailanman pagkatapos ng palabas? Tiyak na hindi. Dapat umuwi ang mga tao. Gayundin, ang mga kaluluwa ay pumupunta rito upang tamasahin ang sinehan ng buhay, pagkatapos ay umaalis at bumabalik muli. Mahilig

silang manood ng mga pelikula at dula, at kapag napagod na sila sa mga palabas na kanilang pinapangarap, at napag-aralan na ang mga aral na nais ng Diyos na matutunan nila, minsanan silang bumabalik sa tahanan ng walang hanggang .kaligayahan

Kapag ang mga pagpapahalaga ay hindi nakabatay sa katarungan, nagbubukas ang mga puwang kung saan tumatagos ang paghihirap at pagdurusa. Kung ang mga pagpapahalaga ay nakabatay sa pagkamakasarili, nakamamatay na tunggalian, at matinding kompetisyon, ang mga resulta ay marurumi dahil ang mga motibo ay marumi, .at ang pera ay hindi pagpapalain sa ganitong kaso

Dapat linisin ng isang tao ang kanyang konsensya mula sa pagiging makasarili at huwag subukang pagyamanin ang kanilang sarili sa kapinsalaan ng iba. Ang tunay na kasiyahan ay espirituwal, hindi materyal, at ang tunay na pakinabang sa buhay ay ang pagkakaroon ng mga .kayamanan ng karunungan, kaalaman, at pag-ibig ng Diyos

Dapat tayong mamuhay nang simple at laging magsikap na tulungan ang iba at mapabuti ang kanilang kalagayan hangga't maaari. Ngunit ang marangal na layuning ito ay salungat sa pagkamakasarili at kasakiman nang walang .pagsasaalang-alang sa iba

Ang mga makamundo ay hindi balanse at samakatuwid ay hindi itinuturing na matagumpay. Ang isang simple at balanseng buhay ay isang kahanga-hangang sining at isang tanda ng tagumpay. Ang mga taong ang tanging layunin ay .magkamit ng pera ay hindi makakatagpo ng pabor sa Diyos

Totoo na itinanim sa atin ng Diyos ang pakiramdam ng gutom upang tayo ay makapagtrabaho at makapagtustos sa ating mga katawan, ngunit ang pagtustos sa katawan ay hindi lamang ang tanging layunin ng buhay. Ang layunin ay higit na dakila kaysa sa anumang materyal o temporal na konsiderasyon, gaano man ito kahanga-hanga, .kaluwalhatian, at kahanga-hanga

Isa sa mga disipulo ang nagtanong kay Master
Paramahansa kung paano maranasan ang banal na
presensya. Sumagot siya, "Tuwing gabi, bago matulog,
magnilay-nilay hanggang sa maramdaman mong ang iyong
kamalayan ay tumagos na sa mundo ng mga kaisipan at
pumasok sa ibang dimensyon. Gayunpaman, hindi lang iyon.
Matapos ibaling ang isip papasok, ang pananabik ay dapat
sumulong, at ang mga pagnanasa ay dapat sumugod na
parang baha patungo sa Diyos. Kapag isinuko ng disipulo
ang kanyang sarili nang lubusan sa Diyos, bigla niyang
maramdaman na nahawakan niya ang Kanyang pinagpalang
presensya at nakilala Siya. Makakakita siya ng isang
dakilang liwanag na may labis na ningning, at makakakita
siya ng mga anghel at mabubuting kaluluwa. O makakaamoy
siya ng nakalalasong halimuyak mula sa langit, at
malalaman niya na sinagot siya ng Diyos, at mabubuksan
ang kanyang pananaw, at ihahayag sa kanya ng Diyos ang
mga lihim ng buhay. O maaari siyang mabalot ng malaking
kapayapaan habang nagmumuni-muni. Kung magpapatuloy
siya sa pagmumuni-muni at ipagkakaloob ng Diyos sa kanya
ang Kanyang dakilang pagmamahal, makakaramdam siya ng
isang banal na kagalakan na hindi mailalarawan. Mapalad
".ang taong pinagkalooban ng napakasayang karanasang ito

Ang banal na pag-ibig ay nagbubukas ng pintuan ng
langit, kung saan ang naghahanap ay pumapasok sa
presensya ng Diyos

Kung ang isang tao ay humingi sa Diyos, ang
mapagbiyaya at matalino, ng tinapay ng buhay na walang
hanggan, hindi Niya sila bibigyan ng bato ng materyal na
kamangmangan. Kung ang isang mananamba ay
naghahanap ng pagkain ng karunungan, hindi sila bibigyan
ng Diyos ng ahas ng panlilinlang. Kung ang isang
mananamba ay humingi sa Diyos ng diwa ng banal na
kaligayahan na pumapawi ng lahat ng uhaw, hindi Niya sila
bibigyan ng alakdan ng pagkabalisa at sikolohikal na

pagkabalisa. Kung ang mga nalinlang na tao ay alam kung
paano magbigay ng mabubuting kaloob sa kanilang mga
anak, gaano pa kaya ang Panginoon—ang pinagmumulan ng
lahat ng kabutihan at kagalakan—ay magbibigay ng
espirituwal na kaalaman at kaliwanagan sa mga
!nagmamahal sa Kanya

Ibinibigay ng Diyos ang pinakamataas na karunungan at
pinakadakilang kaalaman sa mga naghahanap sa mga ito, at
ipinagkakaloob Niya ang Kanyang sarili sa taimtim na
naghahanap na hindi tumatanggap ng anumang kapalit. Siya
na naghahanap sa Diyos nang buong puso at kaluluwa ay
ang pinakamarunong sa lahat, at ang pinakamamahal ng
Diyos sa mga tao. At kapag tumindi ang pananabik ng
sumasamba, nakatatanggap siya ng isang bihira at
minamahal na tugon mula sa Diyos at nararanasan ang
natatanging kaligayahan ng pag-ibig na nararanasan ng mga
.nagmamahal sa Minamahal

Ang matalinong tao na gumaganap ng kanyang bahagi
sa kosmikong panaginip na ito nang may espirituwal na
kamalayan at lumalagong banal na pananabik ay malapit sa
Diyos at mahal sa Kanya. Siya ay nagtataglay ng dalisay na
pag-ibig at minamahal ang Diyos nang walang anumang
makasariling motibo at walang anumang paunang
kundisyon, tulad ng pagsasabi, halimbawa, "O Panginoon,
sasambahin kita sa kondisyon na bibigyan mo ako ng
".kalusugan, pera, at isang komportableng buhay
Sa pagitan ng matalino at ng Diyos ay mayroong
malalim at walang hanggang pag-ibig na walang hanggan.
Kung ang isang tao ay humihingi sa Diyos ng isang bagay na
tiyak, lubos na alam ng Diyos na ang tao ay mas interesado
.sa Kanyang mga kaloob kaysa sa Kanya

Hindi mali para sa isang tao na manalangin para
matugunan ang kanilang mga pangangailangan, ngunit
kapag sila ay nagsusumamo upang makilala ang Diyos at
masdan ang liwanag ng Kanyang maluwalhating mukha,

hindi nila dapat hangarin ang anumang personal na pakinabang mula rito, ni hindi dapat limitahan ang kanilang mga iniisip sa mga kaloob mismo, kundi sa Tagapagbigay mismo. Kapag nagawa ito ng naghahanap nang taos-puso, awtomatiko nilang matatanggap ang lahat ng iba pang mga kaloob mula sa bukal ng pagkabukas-palad at karagatan ng .kasaganaan

Isa sa mga disipulo ang humingi ng payo sa gurong si

Paramahansa kung paano kumilos sa ilang partikular na :sitwasyon at kung paano makitungo sa iba, at sinabi niya Sundin ang katotohanan at huwag lumihis dito, at

iwasan ang pagsasabi ng anumang bagay na maaaring makasakit sa iyo o sa iba, kahit na ito ay totoo , hangga't hindi ka naliligaw sa diwa ng katotohanan. Kasabay nito, hindi ka dapat pumunta sa kabaligtaran na sukdulan at magsinungaling upang maiwasan ang pagsasabi ng .masasakit na katotohanan

Maging tapat sa iyong sarili at sa iba nang hindi iniisip ang mga hindi kinakailangang bagay. Magsalita ng totoo at iwasan ang pagsasabi ng mga bagay na makakasakit o makakasama sa sinuman. Huwag mong ibunyag ang lahat ng iyong mga sikreto sa ngalan ng katapatan at transparency, dahil kung ibubunyag mo ang iyong mga kahinaan, susubukan ka nilang saktan o kutyain anumang oras na gusto nila. Bakit mo sila bibigyan ng sandata na ?magagamit nila laban sa iyo

Magsalita at kumilos sa paraang magdudulot ng kaligayahan at kapayapaan sa iyong sarili at sa iba

Kinakailangang malinang ang espirituwal na pag-unawa upang malaman ang pagkakaiba sa pagitan ng katotohanang nagdudulot ng kabutihan at ang pagsasalaysay ng mga katotohanan nang hindi isinasaalang-alang ang mga kahihinatnan na maaaring ibunga nito, sapagkat ang mga bagay ay hinuhusgahan batay sa kanilang mga wakas. Hindi ipinapayong sabihin ang lahat ng

iyong nalalaman, ni hindi rin ipinapayong maging maingat at
lihim tungkol sa mga bagay na dapat malaman ng iba para
.sa kanilang sariling kabutihan

Kapag wala kang ganap na pag-unawa, makabubuting
manatiling tahimik sa pagsasalita hanggang sa magkaroon
ka ng direktang pag-unawa sa katotohanan na may patas na
.resulta para sa lahat

Patuloy na isipin ang Diyos at humingi ng tulong at
patnubay Niya, at ang iyong pananaw ay mabubuksan
upang makita mo nang malinaw ang mga bagay-bagay at sa
.gayon ay mas mahusay mong makikilala ang mga ito

Binibigyan ng kabataang sigla ang mga selula ng katawan

Ang enerhiyang kosmiko ay dumadaloy sa katawan
nang palagian at walang tigil, ngunit karamihan sa mga tao
ay hindi nakakaalam ng masaganang siglang ito. Ang mga
nakakaramdam nito ay nakakaranas ng pag-agos ng
enerhiya sa kanilang mga selula at isang nakakapreskong
.agos na nagbibigay sa kanila ng panibagong lakas
Ang buong kalikasan ay yumuyuko bilang paggalang sa
Panginoon ng Sansinukob, at ang Kanyang kapangyarihan ay
dumadaloy sa sangkatauhan. Ang problema ay nasa
kabiguan na malinang ang isang matibay na koneksyon sa
pagitan ng sangkatauhan at ng pinagmumulan ng lahat ng
kapangyarihan. Nabubuhay tayo nang direkta sa
pamamagitan ng banal na kapangyarihan, at lahat ng iba
pang kapangyarihan ay walang silbi kung wala ang
.nagpapanatiling kapangyarihan ng Diyos
Pagkain, oksiheno, at sikat ng araw—ang mga
elementong ito ay maaaring magbigay sa atin ng ilang antas
ng kalusugan, ngunit kailangan nating maunawaan kung
paano makamit ang kumpletong kalusugan mula sa Walang-
hanggang Pinagmumulan. Ang mga pinagmumulan ng
materyal ay parang maliliit na baterya na kalaunan ay
nauubusan ng karga, habang ang Walang-hanggang

Pinagmumulan ay isang makapangyarihang generator na ang kapangyarihan ay hindi nababawasan, patuloy na nagbibigay sa kaluluwa ng sigla, kaligayahan, at lakas. Samakatuwid, napakahalaga na umasa sa Walang-hanggang .Pinagmumulan hangga't maaari

Ang taong nagnanais ay dapat matutunan ang tamang paraan upang makinabang mula sa mahalagang suplay na iyon nang direkta mula sa pinagmumulan nito, at dapat mapagtanto na ang pag-iisip ay realidad, sapagkat ang lahat ng natural na penomeno ay isang sagisag ng banal na pag-iisip dahil naisip ng Diyos ang mundong ito bago ito likhain Marami ang naniniwala na ang pag-iisip ay produkto ng katawan, ngunit ang lubos na tumpak na pagkabuo ng katawan, at ang kahanga-hangang koordinasyon sa pagitan ng mga bahagi at organo nito, ay malinaw na nagpapahiwatig na ang katawan ay ang nilikha ng isang .napakataas na kosmikong pag-iisip

Ang isip ang pangunahing elemento na kumokontrol sa katawan, at napakahalaga para sa isang tao na iwasan ang mga mungkahi sa pag-iisip ng mga kakulangan ng tao tulad ng sakit, panghihina, pagtanda, at pagkabigo, at tiyakin sa kanyang sarili na ang isang walang-kaubos na aktibidad ay dumadaloy sa kanya, at ang aktibidad na ito ay pinagkalooban ng katalinuhan at kayang singilin ang mga .selula ng katawan ng kagalingan at sigla ng kabataan Ang pag-iisip ay ang utak, ang mga emosyon, at ang mga pandama ng bawat buhay na selula; mayroon itong kapangyarihang panatilihing aktibo at alerto ang katawan o matamlay at tamad. Ang pag-iisip ang panginoon, at ang mga selula ng katawan ang mga nasasakupan nito, na sumusunod sa mga utos at pagbabawal ng kanilang kataas-taasang panginoon: ang pag-iisip

Binibigyan natin ng malaking pansin ang kalidad ng pagkaing kinakain natin araw-araw, at gayundin, dapat nating bigyang-pansin ang kalidad ng intelektwal at

sikolohikal na pagkaing ibinibigay natin sa ating isipan araw-
.araw

Sinasabi ng metapisikal na siyentipiko na ang katawan ay hindi isang electromagnetic wave kundi isang alon ng .kamalayan na lumulutang sa dagat ng banal na kamalayan Araw-araw, dapat nating palakasin ang ating pisikal na lakas, dagdagan ang ating mental na lakas, at kilalanin ang ating tunay na sarili sa pamamagitan ng pagmumuni-muni, matinong pag-iisip, at positibo at produktibong gawain na .magkakasamang makikinabang sa katawan, isip, at espiritu

Biniyayaan ako ng Diyos ng kaligayahan sa
mahahabang taon ng aking buhay. Makita man ng mga tao
ang ngiti ng kasiyahan sa aking mukha o hindi, ang banal na
kagalakan ay laging kasama ko at hindi ako iniiwan. Ang
dakilang ilog ng kaligayahan ay patuloy na dumadaloy sa
ilalim ng buhanginan ng aking kamalayan at bumubulwak
bilang mga pinagpalang bukal na nagdidilig sa mga hardin
.ng aking buhay

Hindi kayang guluhin ng mga biglaang pagbabago sa buhay ang aking kapayapaan, ni hindi kayang alisin ng multo ng kamatayan ang espirituwal na kaligayahang aking .nararamdaman

Mahirap gawing permanente at hindi mababago ang kalagayang iyon, ngunit ang mga bunga ng espiritu na ngayon ay tinatamasa ko at ibinabahagi ko sa iba ay sulit sa .lahat ng pagsisikap na ibinuhos ko rito Ako'y nag-iisip at kumikilos na ginagabayan ng banal na espiritu. Ang pera ay hindi kailanman naging layunin ko sa buhay, bagkus ay ang paglilingkod sa aking mga kapatid sa sangkatauhan. Kaya naman, binuksan ng Diyos ang maraming pinto ng kabutihan para sa akin upang matustusan ang aking sarili at matupad ang aking misyon. At sa tuwing kailangan ko ng tulong, agad itong ibinibigay ng .Diyos

Ang tanging hangarin ko ay paglingkuran ka, at kaya
ako narito

Ang kapangyarihan ng Diyos ay gumagana rin sa inyong
buhay. Mararanasan ninyo mismo ang katotohanang ito
kapag lumakas ang inyong pananampalataya at napagtanto
ninyo na ang tunay na kayamanan ay hindi nagmumula sa
.mteryal na tagumpay kundi sa Makapangyarihan
Bagama't ang buhay ay tila hindi mahuhulaan, pabago-
bago, at mahiwaga, puno ng mga pagdududa at lahat ng uri
ng problema at kaguluhan, nananatili tayo sa ilalim ng
patuloy na proteksyon ng Diyos. Hindi natin dapat palakihin
ang mga bagay-bagay o mawala ang ating kahinahunan sa
harap ng mga pangyayari, dahil kung hahayaan nating
madaig tayo ng takot, binibigyan natin ng kapangyarihan
ang kasamaan at pinalalalim ang mga ugat nito, na lumalaki
.at umuunlad sa lupa ng takot at pagkabalisa

Hindi natin dapat asahan na makakatagpo tayo ng
pangmatagalang kaligayahan at kapayapaan sa mga
pagsubok sa buhay; sa halip, dapat nating hanapin at
tuklasin ang mga ito sa ating sarili. Kung gayon, anuman ang
ating mga karanasan, haharapin natin ang mga ito sa
parehong paraan ng panonood natin ng mga karanasan ng
.iba sa isang pelikula, masaya man o masakit

Maaaring gawing masasakit at malungkot na pagsubok
ng isang tao ang lahat ng kanilang mga karanasan kung
hahayaan nilang gawin ito ng kanilang isipan. Maaaring
magtamasa sila ng mabuting kalusugan ngunit hindi nila
pinahahalagahan ang halaga nito. Ngunit kung sila ay
magkasakit, magpapakumbaba sila at pahahalagahan ang
biyaya ng kagalingan. Dapat nating kilalanin ang biyaya ng
Diyos at pasalamat Siya sa mga biyayang ipinagkakaloob
Niya sa atin nang hindi na hinihintay pa ang mga hindi
magandang pangyayari upang tayo ay magpasalamat at
.kilalanin ang Kanyang biyaya

Ang buhay ay dapat na isang timpla ng pagninilay at pagkilos. Kapag ang isang tao ay nawalan ng kanilang sikolohikal na balanse, sila ay nagiging mahina sa pagdagsa ng mga alalahanin, mga ulap ng kalungkutan, at mga kirot ng sakit. At kung susubukan nilang labagin ang mga batas ng kalusugan, kasaganaan, at karunungan, sila ay tiyak na .magdurusa sa sakit, kahirapan, at kamangmangan. Dapat nating panatilihin ang ating mga intensyon, malinis ang ating mga motibo, at kumilos sa paraang magdudulot sa atin ng kapayapaan ng isip, at huwag hayaang ang mga pangyayari sa buhay ay makagambala sa ating kapayapaan at makasira sa ating .kaligayahan

din ang ating talino at tanggihan ang pasanin ng kahinaang intelektwal at moral na minana mula sa maraming taon at henerasyon. Ang mga karumihang ito ay dapat sunugin sa apoy ng panibagong determinasyon at produktibong pagkilos. Sa pamamagitan ng nakabubuo na pamamaraang ito, ang tunay na nakatuong indibidwal ay .maaaring maabot ang abot-tanaw ng kalayaan at kalayaan

Ang mga walang hanggang batas ng kaligayahan

Sinasabing noong ginintuang panahon ng isa sa mga matuwid na pinuno ng India, walang nangyaring insidente, maagang pagkamatay, o natural na sakuna na nakagambala sa kapayapaan at ganap na pagkakaisa ng kanyang .kaharian

Kapag ang mga miyembro ng pamilya ay namumuhay nang may higit na integridad, ang bawat tahanan ay makakaranas ng higit na pagkakasundo, kalusugan, at pagmamahal. Ngunit kapag ang mga miyembro ng pamilya ay nagtrato sa isa't isa nang may pangit na pagkamakasarihan, ang tahanan ay awtomatikong mapupuno ng alitan at poot. Ito rin ay naaangkop sa mga bansa. Kapag ang mga tao ay namumuhay nang may katapatan at integridad, .masasaksihan nila ang Kaharian ng Diyos sa Lupa

Maikli ang panahon Ngayon ay narito tayo, bukas ay
aalis tayo Ang paghahanap sa Diyos ang pinakamataas na
pribilehiyo ng sangkatauhan Dapat nating samantalain ang
kalayaang ibinigay sa atin ng Diyos sa buhay na ito at
gamitin ito nang matalino upang personal nating maranasan
ang mga walang hanggang espirituwal na katotohanan
Ang kasalanan ay lahat ng bagay na nagdudulot ng
sakit at pagdurusa para sa isang tao. Ang birtud ang
nagpapasaya sa kanila magpakailanman. Kung ang isang tao
ay walang espirituwal na pagkakasundo sa kanilang mga
iniisip at kapayapaan sa loob nila, ang isang bagong bahay,
bagong kotse, o anumang bago ay hindi makapagdudulot ng
kaligayahan at katahimikan sa kanilang kaluluwa; sa halip,
ang kanilang panloob na paghihirap ay mananatili kahit na
.makamit ang mga bagong bagay na iyon at higit pa
Ang tunay na kaligayahan ay nakasalalay sa
kakayahang harapin ang mga pangyayari at mapaglabanan
ang lahat ng panlabas na pagsubok. Matatagpuan ito kapag
kaya mong tiisin ang matinding sakit at malupit na
paghihirap na dulot ng pagtatangi at malisyosong
pagtatangka ng iba na saktan at bitag ka, at tinutugunan mo
ang kanilang mga pagkakasala nang may pagmamahal at
kapatawaran. Kapag napanatili mo ang kapayapaan ng iyong
isip sa kabila ng masasakit na tusok ng mga panlabas na
.pangyayari, saka mo matitikman ang kaligayahan
Sinasabi ng Banal na Kasulatan na ang mga taong hindi
sumusunod sa mga utos ng Diyos at sumusunod sa kanilang
mga hangal na pagnanasa at kapritso ay hindi makakatagpo
ng kaligayahan o makamamit ang kanilang pangunahing
layunin. Hinihimok nila ang naghahanap ng katotohanan na
gawing gabay at hukom ang Banal na Kasulatan sa pagtukoy
kung ano ang dapat gawin at kung ano ang dapat iwasan, at
upang maunawaan ang mga bagay-bagay at kumilos ayon
.sa karunungan

Ang mga taong may tiwala sa sarili ay ang mga kumikilos nang may integridad. Ang kaligayahan ay nagmumula lamang sa mga dalisay na kaisipan at matuwid na kilos. Kung masaya ka ngayon, magiging masaya ka rin .sa hinaharap, dito man o sa kabilang buhay

Dapat nating tipunin ang ani ng magandang kapalaran sa pamamagitan ng pagtitipon ng mga bunga ng karunungan habang sumisikat ang araw ng mga pagkakataong makukuha. Sa madaling salita, dapat nating samantalahin ang mga pagkakataon bago pa mahuli ang .lahat

kung hindi Samantalahin ang pagkakataon, dahil)

(mo ito samantalahin, ito ay magiging dahilan ng pagsisisi

Binigyan tayo ng Diyos ng mga espirituwal na batas na

tinatawag na mga utos. Ngunit ang mga utos na ito ay

binabalewala at nilalabag araw-araw at saanman. Maliban

kung mauunawaan ng mga tao ang espirituwal na kahulugan

ng mga ito, palagi silang magrereklamo tungkol sa mga ito

at tatalikod sa mga ito. Ang mga utos na ito ay walang-

kupas na mga kodigo ng pag-uugali na itinataguyod ng lahat

ng relihiyong Abrahamiko. Gayunpaman, ang mga teksto ay

kadalasang nabibigong ipaliwanag ang mga sikolohikal na

aspeto ng mga utos na ito at ang mga benepisyong

nauugnay sa pagsunod sa mga ito. Tinatanggap ng mga tao

ang mga utos na ito sa mga lugar ng pagsamba ngunit hindi

sinusunod ang mga ito sa labas ng mga ito, na binibigyang-

katwiran ito sa pamamagitan ng pagsasabing ang mga

patakarang ito ay hindi praktikal, hindi makatwiran, at hindi

naaayon sa panahon. Gayunpaman, ang paglabag sa mga

.utos na ito ang ugat ng lahat ng paghihirap sa mundo

Ngunit ano ang pakinabang ng mga utos na iyon at saan

?nakasalalay ang mga bentahe nito

Pinapayuhan ng mga banal na aklat ang tao na

pagnilayan ang Diyos, ilubog ang kanyang isipan sa Kanya,

isuko ang lahat ng bagay sa Kanya, at sambahin Siya nang

may taos-pusong pagsamba, walang halong pagkukunwari
.at walang bahid ng pagkukunwari

Ang pagkilala sa Diyos ang dapat na maging
pangunahing layunin ng buhay. Ang mga makamundong
tungkulin ay hindi matutupad kung wala ang
kapangyarihang ipinagkaloob ng Diyos sa sangkatauhan.

Ang pagsasagawa ng mga ordinaryong tungkulin habang
.nililimot ang Diyos ay isang pagkakamali at isang kasalanan
Ang kasalanan ay nangangahulugang kamangmangan:
pagkilos sa paraang salungat sa pinakamalaking kabutihan
ng tao

Bakit nalulungkot at nanghihinayang ang mga tao? Dahil
hindi sila kumilos nang matuwid dahil hindi ang Diyos ang
.una sa kanilang mga puso

Walang bagay sa buhay ng isang tao ang dapat ituring
na mas mahalaga kaysa sa Diyos. Kung ang isang tao ay
tunay na nagmamalasakit sa Diyos at tinutupad ang
kanilang espirituwal na tungkulin sa Kanya, ang kanilang
mga kalagayan ay bubuti sa lahat ng paraan, at sila ay
makakaramdam ng ligtas at panatag sa kabila ng lahat ng
.mga nakapaligid na pangyayari

Sa sandaling magsimulang sumamba ang isang tao sa
mga ari-arian, pera, katanyagan, o anumang bagay bukod sa
Diyos, ang kalungkutan ang kanilang mararanasan. Ang mga
taong nakatuon ang lahat ng kanilang atensyon sa mga
bagay na ito ay sa katotohanan ay sumasamba sa mga ito,
at samakatuwid ay hindi sila lumalapit sa Diyos kundi sa
halip ay lumalayo sa Kanya. Ngunit ang mga nagninilay-nilay
sa Diyos, nagmumuni-muni sa Kanya, at nakikipag-ugnayan
sa Kanya sa kanilang mga puso ay lumalapit sa Kanya at
nakakaranas ng panloob na kagalakan sa kanilang tahimik
.na pakikipag-ugnayan sa Kanya

Ang Diyos lamang ang may kakayahang tuparin ang
mga pangarap at pag-asa ng tao para sa pangmatagalang

kaligayahan. Kaya naman, walang dapat hayaang pumalit sa
.lugar ng Diyos sa puso

May mga sagradong simbolo na maaaring makatulong
sa naghahanap na maalala ang Diyos at mapalapit sa Kanya.

Gayunpaman, kung ang isang tao ay magsisimulang
sumamba sa mga simbolong ito, ang kanilang pinsala ay
mas malaki kaysa sa kanilang benepisyo. Ang pagsamba ay
dapat na idirekta lamang sa Diyos, dahil wala nang iba pang
.karapat-dapat sambahin

Anuman ang uri ng ritwalistikong pagsamba, ito ay
katanggap-tanggap sa Diyos hangga't isinasagawa ito ng
sumasamba nang may espirituwal na kamalayan at
pananabik sa Kanya. Gayunpaman, maraming tao ang hindi
nakakaunawa sa diwa ng pagsamba, at ang kanilang mga
iniisip at puso ay nalilihis mula sa Diyos patungo sa mga
ritwal, kaya hindi gaanong nakikinabang sa kanilang
.pagsamba

Hindi hinahayaan ng mga tunay na mananamba na ang
kanilang kamalayan ay makulong sa anumang imahen o
anyo, kundi nakatuon sila nang may pinakamalalim na
pagmamahal at buong atensyon sa banal na espiritu sa likod
.ng lahat ng imahen at anyo

Ang Diyos ay ganap at walang hanggan, at walang
imahe o estatwa ang makapagpapatibay sa Kanya
Masasabing ang Diyos ay nagpapakita ng kanyang sarili
sa bawat taong taos-pusong nagmamahal sa Kanya at
nakikiisa sa Kanya, dahil Siya ay naroroon sa lahat ng dako
at samakatuwid ay naroroon sa lahat. Gayunpaman, hindi
lahat ay may kakayahang magpakita ng banal na presensya.

Ang araw ay pantay na sumisikat sa uling at diyamante,
ngunit ang diyamante ay tumatanggap at sumasalamin sa
sikat ng araw, habang ang uling ay hindi. Gayundin, lahat ng
tao ay nakalubog sa liwanag ng Diyos, ngunit iilan lamang
ang nakakatanggap ng liwanag na iyon at sumasalamin dito
sa kanilang mga iniisip at kilos. Upang magawa ito, dapat

nilang linisin ang kanilang sarili sa pamamagitan ng
pagmumuni-muni at sa pamamagitan ng pagsunod sa mga
.banal na turo at utos

Kapag binibigkas natin ang pangalan ng Diyos, dapat
tayong maging malalim at taos-puso sa ating sinasabi. Kung
makikita mo ang iniisip ng mga tao habang nananalangin,
makikita mo na karamihan ay iniisip ang lahat maliban sa
Diyos, kahit na binibigkas nila ang Kanyang pangalan! Ang
.ganitong panalangin ay walang bunga at walang saysay

Kapag tayo ay nananalangin, dapat nating sikaping
ituon ang ating buong isipan sa Diyos, sa halip na paulit-ulit
lamang ang Kanyang banal na pangalan habang
hinahayaang gumala ang ating mga iniisip. Isa sa aking mga
tiyahin ay madalas na binibigkas ang kanyang mga
panalangin sa mga prayer beads, na bihirang matanggal sa
kanyang kamay. Ngunit isang araw ay inamin niya sa akin na
sa kabila ng pagsasagawa ng ganitong gawi sa panalangin
sa loob ng apatnapung taon, hindi sinagot ng Diyos ang
kanyang mga panalangin. Hindi nakakapagtaka! Ang
kanyang mga "panalangin" ay wala kundi isang ugali ng
.nerbiyos

Kapag tayo ay nananalangin, wala tayong dapat iisipin
kundi ang Diyos. Dapat nating sikaping maging taos-puso sa
ating pagsamba at maging deboto sa ating mga
pagsusumamo. Ang paggamit ng mga prayer beads at
patuloy na pagtawag sa pangalan ng Diyos ay lubos na
katanggap-tanggap kapag ang gawain ay nagmumula sa
puso at sinusupportahan ng katapatan at nakatutok na pag-
iisip. Gayunpaman, ang gawaing ito ay maaaring maging
.awtomatiko sa paglipas ng panahon

Dapat nating ibulong ang pangalan ng Diyos sa ating
mga puso, sa rosaryo ng pananabik at banal na pag-ibig; ito
ang tunay na pagsamba na umaantig sa puso ng Diyos. Ang
pagbigkas ng pangalan ng Diyos nang may lamig at pagala-
gala ay kalapastanganan at kawalang-galang. Kapag ang isa

ay nananalangin, ang puso at isipan ay dapat mapuno ng pag-ibig ng Diyos. Ang pagsasanay ng pokus sa pag-iisip sa pamamagitan ng mas mataas na mga ehersisyo sa yogic ay tumutulong sa atin na mapalapit sa Diyos, ang sukdulang pinagmumulan ng kaluwalhatian at karilagan, at tumutulong .din sa atin na magnilay-nilay at makipag-ugnayan sa Kanya Mahalagang maglaan ng isang araw sa isang linggo para sa espirituwal na pagreretiro (kung maaari) para sa pagmumuni-muni sa Diyos at upang maranasan ang katahimikan, kapayapaan, at panloob na kapayapaan. Ang oras na ginugol sa ganitong paraan ay magiging isang nakapapawi na balsamo para sa mga problema at pagkabalisa na iyong kinakaharap sa natitirang bahagi ng .linggo

Kailangang gumugol ang bawat isa ng isang araw bawat linggo sa pag-iisa o isang "espirituwal na pag-urong" upang pagalingin ang kanilang mga emosyonal na sugat at kirot. Kapag ang araw na iyon ay naging araw ng kapayapaan, kagalakan, at kasiyahan, sabik mo itong hihintayin linggo-.linggo

Ang pag-iisa ang halaga ng kadakilaan. Magugulat ka sa mga kahanga-hangang resulta na makakamit para sa iyong isip, katawan, at kaluluwa sa pamamagitan ng espirituwal na pag-urong na ito at koneksyon sa iyong espiritu at sa Diyos. Kung hinahangad mo ang tunay na kaligayahan, dapat mong ilubog ang iyong sarili sa karagatan ng banal na kapayapaan .sa madaling araw pagkagising, at bago rin matulog sa gabi

Ang mga pantas ng India ay hindi lamang nagpapayo ng isang araw ng pag-iisa, kundi binibigyang-diin din ang pangangailangan para sa tahimik na pagmumuni-muni sa apat na partikular na oras bawat araw. Sa madaling araw, bago bumangon at makipagkita sa kahit sino, dapat temasahin ang katahimikan at kapayapaan. Sa tanghali, dapat pakalmahin ang isip bago mananghalian, at muling temasahin ang isang panahon ng kapayapaan bago

maghapunan. Panghuli, bago matulog sa gabi, dapat muling
.pumasok sa isang estado ng kapayapaan
Ang mga masigasig na nananatiling tahimik sa panahon
ng pag-iisa at sa apat na araw na ito ay tiyak na
makakaramdam ng pagkakaisa sa Diyos. Ang mga hindi
kayang sundin ang lahat ng mga panahong ito ay dapat
maglaan ng kahit man lang oras sa umaga at gabi. Sa
paggawa nito, ang kanilang buhay ay mababago para sa
ikabubuti, at makakaranas sila ng kaligayahan; ang
.karanasan ang pinakamahusay na patunay
Kung patuloy kang magsusulat at pipirma ng mga tseke
nang hindi nagdedeposito ng sapat na pondo para
matustusan ang iyong bank account, mauubusan ka ng pera.
Ganito rin ang mangyayari sa iyong buhay. Kung walang
regular na pagdedeposito ng kapayapaan sa iyong life
account, mauubos ang iyong enerhiya, maglalaho ang iyong
katahimikan, at maglalaho ang iyong kaligayahan. Sa
madaling salita, sa kalaunan ay magdurusa ka sa
emosyonal, mental, pisikal, at espirituwal na
pagkabangkarote. Ngunit ang malalim at pang-araw-araw na
pagmumuni-muni sa Diyos ang magpupuno sa mga
.kakulangan sa iyong kaluluwa
Ang taimtim na naghahanap ay nagmumuni-muni araw-
araw, nakikipag-ugnayan sa Diyos nang may buong
pagmamahal at pananabik sa kanyang puso, nagsusumamo
sa Kanya na ihayag ang Kanyang sarili. Kung ikaw ay isang
umiibig sa Diyos at nananabik na maranasan ang Kanyang
presensya, dapat mong ilubog ang iyong isip at katawan sa
Kanyang kapayapaan, at ang buhay ay ngingiti sa iyo, at ang
iyong mga gawain ay bubuti sa maraming paraan. Ang isang
mahinahong tao ay bihirang magkamali at magtatagumpay
.kung saan libu-libo ang nabibigo
Ang mga hindi nag-iisip tungkol sa Diyos o
nagmamalasakit sa Kanya ay nagiging nalulumbay at

miserable. Sila ay nagiging magagalitin at nagiging parang
.mga makinang naglalakad

Ang araw ng karunungan at kapayapaan ay sisikat sa
kalangitan ng katahimikan at babalutin ang iyong pagkatao
ng mga nakapagpapagaling na sinag nito hangga't
gumagawa ka ng espirituwal na pagsisikap at inuuna ang
.Diyos sa iyong puso

Ang isang araw ng pagmumuni-muni ay dapat ding
maging isang araw ng mental at pisikal na pahinga at ang
paglinang ng panloob na kapayapaan. Anumang aktibidad
na nagbubunga ng karunungan at kapayapaan ay isang
.pinagpalang aktibidad sa araw na iyon

Tungkol naman sa paggalang sa mga magulang,
inirerekomenda ng mga banal na aklat ang mabuting
pakikitungo sa kanila: “Igalang mo ang iyong ama at ina” at
”“Maging mabait ka sa mga magulang

Dapat igalang ang mga ama at ina bilang mga
kinatawan ng Diyos, na nagkaloob sa kanila ng kaloob na
lumikha sa sangkatauhan. Ang ina ay ang sagisag ng dalisay
na pag-ibig ng Diyos, sapagkat ang isang mapagmahal na
ina ay nagpapatawad kung saan walang ibang
magpapatawad. Ang ama ay ang pagpapakita ng
karunungan at proteksyon ng Diyos para sa kanyang mga
.anak

Hindi dapat mahalín ng isang tao ang kanyang ama at
ina nang hiwalay sa Diyos, kundi bilang pagpapahayag ng
pagmamahal na iyon. Ang tagapagtanggol at ang matalino.
Ang kataas-taasang banal na espiritu ang nagiging ama at
ina upang tulungan ang anak, kaya dapat itong igalang sa
.mga magulang

Pinapayuhan din tayo ng mga banal na kasulatan na
huwag pumatay para lang pumatay, dahil kung gayon ang
isa ay magiging mamamatay-tao. Hindi dapat kumitil ng
buhay ang isang tao sa isang sandali ng matinding emosyon.
Gayunpaman, kung ang mga mahal sa buhay ay

pinagbabantaan, dapat lumaban ang isang tao upang protektahan ang mga ipinagkatiwala ng Diyos sa kanila, dahil isang sagradong tungkulin ang ipagtanggol ang .pamilya at bansa

Tungkol sa pagbabawal sa pangangalunya, ang mainam na layunin ng sekswal na pagsasama ay ang paglikha ng mga batang nilikha ayon sa wangis ng Diyos at ang pagpapahayag ng dalisay na pag-ibig na nararamdaman ng mga mag-asawa na nakikita ang Diyos sa isa't isa. Ang mga nabubuhay lamang sa pisikal na antas, nang walang pagsasaalang-alang sa tunay na pag-ibig o sa mas mataas na layunin kung bakit nilikha ang sekswal na pagnanasa, ay nangangalunya ayon sa utos na ito. Sa kasong ito, hindi sila naiiba sa mga hayop na nagbibigay-kasiyahan sa kanilang mga sekswal na pagnanasa at pagkatapos ay nagpapatuloy .sa kanilang landas

Nilikha ng Diyos ang malikhaing hangaring ito sa mga kalalakihan at kababaihan upang magkaanak at magpahayag ng tunay na pagmamahalan sa buhay may-asawa, at hindi ito dapat gamitin nang mali, bagkus ay .gawing isang sagradong gawain at kaalaman Kung kaya mong kontrolin at ipamahagi ang kapangyarihang sekswal sa iyong pagkatao, makakabuo ka ng mahusay na mga kakayahan sa pag-iisip para sa pagsusulat, pagguhit, o para sa pagbubunyag ng mga nakatagong talento sa hindi mabilang na iba pang mga .paraan

At kapag sa wakas ay nakontrol mo na at espirituwal na nabago ang iyong malikhaing aktibidad, makakaranas ka ng malaking kapayapaan, dakilang pagmamahal, at lumalaking .espirituwal na kagalakan

Ang mga santo at mga pinunong espirituwal na nakapagpabago ng kanilang sekswal na aktibidad ay mga higanteng may kakayahang magsagawa ng mga kamangha-

mangha at kahanga-hangang gawa sa mundo at sa
.esoterikong paghahanap ng katotohanan
Kaya naman, ang pinakamataas na gamit ng sekswal na
pagnanasa ay upang itaas ang kapangyarihan nito, ibig
sabihin, upang idirekta ang enerhiya nito patungo sa isang
mas mataas na layunin upang maipakita ang karunungan,
matatayog na ideya, at espirituwal na mga mithiin. Hindi
dapat magtamo ng kasiyahan mula sa mga sekswal na
kaisipan o magnais ng mga ipinagbabawal. Kapag nakamit
ang ganitong uri ng pagpipigil sa sarili, magkakaroon ang
isang tao ng maayos na pananaw sa pakikipagtalik at sa mas
.mataas na layunin nito

Ang pagiging alipin sa mga bagay na sekswal ay nangangahulugan ng pagkawala ng kalusugan, pagpipigil sa sarili, at kapayapaang intelektwal, at sa madaling salita, lahat ng elemento ng kaligayahan na kailangan ng isang tao. Hinihimok din tayo ng mga banal na aklat na huwag magnakaw. Kung ang isang grupo ng isang libong tao ay magnakaw sa isa't isa, bawat isa ay magkakaroon ng 999 na kaaway. Samakatuwid, hindi dapat labagin ng isa ang mga karapatan ng iba, ni agawin ang kanilang lupain, kapayapaan, pag-ibig, dignidad, o alinman sa kanilang materyal o espirituwal na mga ari-arian. Kung hindi mo nararamdaman ang pagnanais na kunin ang hindi sa iyo, ang iyong kailangan o ninanais ang darating sa iyo. Ang pagnanakaw ay unang nagmumula sa isip kapag ang isang tao ay nagsimulang mainggit sa iba. Ang mga buto ng masasamang pagnanasa ay dapat bunutin mula sa isip. Ang espirituwal na altruismo ang paraan. Kung gayon, ang isang tao ay natural na makakaakit ng kasaganaan, at ang mga pagpapala ay dadaloy sa kanila mula sa mga mapagkukunang alam nila at mga mapagkukunang hindi nila alam. Ito ay isang hindi nagkakamaling banal na batas. Para sa mga magnanakaw at makasariling tao, ginugugol nila ang kanilang buhay sa paghahabol sa mga materyal na ari-arian,

ang kanilang mga mata ay palaging nasa kung ano ang mayroon ang iba, kahit na ang kanilang sariling kaban ay .umaapaw sa ginto

Maliban kung ang materyal na pagkamakasari ay iiwan, hindi malalaman ng mundo ang kaligayahan Ang kaligayahan ay dumarating lamang sa pamamagitan ng espirituwal na kooperasyon. Dumarating ito kapag nararamdaman ng isang tao ang mga pangangailangan ng iba na parang sarili nila at gumagawa para sa iba tulad ng pagtatrabaho nila para sa kanilang .sarili

Ang isa pang mahalagang utos ay ang pag-iwas sa pagbibigay ng maling patotoo. Ang pananakit sa sinuman sa pamamagitan ng pagbaluktot sa katotohanan ay isa pang paraan upang masira ang pagkakasundo ng lipunan. Kung nais ng isang tao na tratuhin nang mabuti, dapat niyang .tratuhin ang iba nang naaayon

Dapat laging sabihin ang katotohanan, ngunit kailangang paghiwalayin ang pagsasabi ng katotohanan at ang pagsasabi lamang ng mga katotohanan. Ang pagtawag sa isang tao bilang pilay o bulag ay nakakasakit at hindi nakakatulong; dapat maging makonsiderasyon ang damdamin ng iba at iwasang mapahiya sila. Gayundin, ang pagbubunyag ng katotohanan na maaaring magtaksil sa isang tao nang walang marangal na layunin ay mali rin. Sa kabilang banda, hindi dapat magsinungaling ang isang tao upang maiwasan ang pagsasabi ng katotohanan; sa halip, maaaring manatiling tahimik sa ilang mga sitwasyon upang .maiwasan ang mapahiya o makasakit sa iba

Dapat mag-ingat sa inggit, isang mapanirang sakit na sumisira sa kapayapaan ng kaluluwa. Habang lalo pang hinahangad ng isang tao ang pag-aari ng iba, lalo lamang lumalala ang kalungkutan at paghihirap. Ang taong mainggitin ay nabubuhay nang magulong, hindi kailanman nalalaman ang lasa ng katahimikan. Mas makabubuti para

sa kanila na igalang ang kanilang sarili, umasa sa kanilang .sarili, at hanapin ang panloob na espirituwal na kayamanan Ang dignidad at likas na halaga ng isang tao ay higit na dakila kaysa sa anumang bagay na maaari nilang ninanais o inaasam na angkinin. Ang Diyos ay nakikita sa bawat tao sa paraang hindi nakikita sa sinumang ibang tao. Ang kanilang mukha ay hindi katulad ng sa ibang tao, at ang kanilang kaluluwa ay hindi katulad ng sa ibang tao, sapagkat sa loob nila nakasalalay ang pinakadakilang kayamanan ng lahat ng nilikha—at ang pinakadakilang kayamanang iyon ay ang .Diyos

Hindi tayo nakatali sa nakaraan
Kapag ang isang tao ay may tamang pananampalataya at kumikilos nang naaayon, siya ay mas masaya kaysa sa mga walang pananampalataya at hindi ginagampanan ang .kanilang mga tungkulin sa laban ng buhay
Ang matibay na pananampalataya at matuwid na pagkilos (na sinusuportahan ng mga marangal na motibo at mabubuting intensyon) ay laging naroroon saanman mayroong kaligayahan, at nawawala saanman wala ang kaligayahan. Mula rito, mahihinuha natin na ang mga ito ay dalawang mahahalagang kondisyon para sa kaligayahan, na hindi makakamit kung wala ang mga ito. Ang mga naghahangad ng kaligayahan ay kailangan lamang magtaglay ng dalawang pangunahing elementong ito, na .siyang mga pundasyon at haligi nito
Hindi kayang kontrolin ng mga tao—nang kagustuhan— ang walang katapusang mga bahagi ng sansinukob, ni hindi nila mababago o mabubura ang mga ito. Ang mga bahaging ito ay masalimuot na hinabi sa tela ng buhay ng tao, at hindi kayang gumana nang hiwalay sa mga ito. Gayunpaman, maaari nilang kontrolin ang kanilang mga isipan upang .umangkop sa mga bahaging ito
Huwag mo siyang saktan

Mas masaya ang ating mga ninuno kaysa sa atin, hindi dahil mas marami silang taglay na makamundong bagay at kasiyahan kaysa sa atin ngayon, o dahil hindi sila gaanong nahaharap sa mga problema sa buhay, kundi dahil taglay nila ang sikolohikal na balanse na nagbigay sa kanila ng ginhawa, kapayapaan, kasiyahan, at sa madaling salita, .kaligayahan

Hindi sila umasa sa mga panlabas na pangyayari para sa kanilang kaligayahan, ni hindi sila sumuko sa mga panlabas na kalagayan na mag-aalis nito sa kanila. Ang kanilang mga damdamin ng ginhawa, kapayapaan, kaligayahan, at kasiyahan ay natural, normal, malusog, at pangmatagalan. Dapat din nating linangin ang mga damdaming ito kung nais nating magtaglay ng kaligayahan.

?At sino sa atin ang hindi

Ang kapalaran ay bunga ng nakaraang paggamit ng malayang pagpapasya o kalayaan sa pagpili. Sa pamamagitan ng ating mga nakaraang kasanayan sa malayang pagpapasya, tayo ang nagdala at patuloy na nagdadala sa ating sarili ng kapalaran at tadhana.

Gayunpaman, hindi tayo nakatali sa nakaraan, ni hindi tayo habangbuhay na napipigilan ng mga bunga ng ating mga kilos. Maaari nating baligtarin ang ating itinanim at burahin ang ating isinulat kung nais natin at magsisikap na itama ang ating landas at pagbutihin ang kalidad ng ating ani.

Kung aalisin natin ang mga buto ng mga kilos na may masasakit na bunga at magtatanim sa kanilang lugar ng mga butong mas angkop sa kalikasan ng kaluluwa, tiyak na aanihin natin ang mga bunga ng kaligayahan mula sa mabubuting butong nahasik sa lupa ng kaluluwa. Dapat

nating gamitin ang malayang pagpapasya ngayon, ngayon at hindi bukas, kung nais nating makamit ang higit na .kaligayahan o mabawasan ang pagdurusa at sakit

Samakatuwid, ang mga kondisyon para sa kaligayahan ay nasa loob ng tao, at ang kailangan lang niyang gawin ay

seryosong harapin ang ekwasyong iyon na hindi nagkakamali, at ang mga resulta ay magiging pabor sa kanya kung gagawin niya ang pinakamahusay na pagtatasa at pagharap dito. Ngunit ang taong may matibay na kalooban ay kasuwato ng Diyos

Konsentradong enerhiya ng isip

Kapag itinuon mo ang sikat ng araw. Sa pamamagitan ng pagtutuon ng magnifying lens sa isang maliit na punto, ito ay lumilikha ng init, at ang init na iyon ay maaaring magningas ng kahoy. Tela, papel, at iba pa. Gayundin, kapag itinuon mo nang mabuti ang iyong isipan. Ang konsentradong enerhiya nito ay upang sunugin ang mga kasamaan at ugat ng pagdududa, ang sanhi ng lahat ng pagkabigo, at upang pasilangin ang liwanag ng karunungan .nang may kinang at ningning

Kapag ang pag-iisip ay naaayon sa Diyos, ang pinagmumulan ng lahat ng kabutihan at ang pinagmulan ng lahat ng pinagpalang kapangyarihan, nalalaman niya ang banal na presensya at taglay ang lahat ng elemento ng tagumpay. Ang mga elementong ito ay malapit na nauugnay sa napakalaking kapangyarihan ng Diyos, na may kakayahang lumikha ng mga bagong dahilan para sa .tagumpay sa anumang larangan

Nawa'y koronahan ng Diyos ng tagumpay ang mabubuting pagsisikap at mabubuting pagsisikap Ang mga problema at kahirapan ay nagmumula sa kawalan ng kamalayan ng isang tao sa kanilang mga nakaraang kilos, na nagawa sa isang partikular na oras at lugar. Ang kanilang kasalukuyang pagdurusa ay nagmumula sa mga kaisipan at gawa na kanilang binigkas, na nag-ugat sa lupa ng kanilang kamalayan, sumibol at naging isang halaman at namumunga na sumasalamin sa mismong mga .katangian ng mga kaisipan at kilos na iyon

Kapag tiningnan mo ang araw na milyun-milyong milya
ang layo sa kalawakan, ang napakalaking bituin na iyon ay
tila mas maliit kaysa sa ating Daigdig. Gayunpaman, ang
diyametro ng Daigdig ay humigit-kumulang 7,900 milya,
habang ang diyametro ng araw ay isang daang beses na
mas malaki. Kung mailalagay mo ang ating planetang
Daigdig nang direkta sa harap ng araw, ito ay
magmumukhang isang maliit na tuldok kumpara dito. Isipin
ang malawak na kalawakan ng araw na lumalawak
hanggang sa lamunin ng napakalaking masa nito ang buong
asul na kalangitan. Ang langit na nakikita natin ay isa
lamang maliit na piraso, isang maliit na butil lamang, ng
walang katapusang espasyo na tumatagos sa sansinukob.
Kahit na magpatuloy ang araw sa paglawak nito patungo sa
kawalang-hanggan, hindi pa rin nito masasaklaw ang walang
hanggan. Ang kosmikong ilusyon ng kaliitan at hangganan
ay naglilimita sa kakayahan ng isip na maunawaan ang
kalawakan ng sansinukob, ang mga pinagmulan nito, at ang
.mga hangganan nito

Siya na hindi sakop ng mga dimensyon at sukat, na
walang hangganan at walang pinagmulan, ay ang Diyos, na
nasa lahat ng dako at umiiral sa pinakamalalayong bahagi ng
kalawakan. Siya ay nasa malalayong, liblib na mga bituin,
tulad ng Siya ay nasa loob mo at sa loob ko, at Siya ay may
malay na kamalayan sa bawat espasyong Kanyang
sinasakop Gaano man kaliit o kalaki. Mula sa aklat na "Man's
"Ultimate Goal

Mga pagsusumamo

O, Panginoon

Hawakan ang aking kamay mula sa dilim patungo sa

liwanag

O katahimikan ng kosmiko

Naririnig ko ang iyong tinig sa lagaslas ng mga sapa at

huni ng mga nightingale

Sa huni ng hangin, sa dagundong ng mga alon, at sa
kulong ng mga pagyanig
O minamahal na Panginoon
Sinasamba kita hindi sa mga salita, kundi sa pananabik
ng isang pusong nag-aalab sa pananabik para sa iyo
Hayaan mong makita ko ang iyong malawak na
kalawakan
Ang iyong patuloy na presensya sa likod ng lahat
Marahil ay mapagtatanto ko na ako ay bahagi ng iyong
hindi nagbabagong pagkatao magpakailanman
O umaapaw na karagatan
Kung maaari lamang dumaloy ang mga paikot-ikot na
ilog ng aking mga hangarin sa mga disyerto ng mga balakid
at hadlang
Sa wakas, naghalo na ang iyong pinakamalaking
kaguluhan
Tulungan mo akong makinig sa iyong tinig, Panginoon
Ang kosmikong tunog kung saan nagmumula ang
panginginig ng sansinukob
Hayaan mong madama ko ang iyong presensya sa
pamamagitan ng pinagpalang tunog (Om - Amen)
himig Banal para sa lahat ng pinagpalang tinig
Palawakin ang aking kamalayan habang nakikinig ako sa
simponya ng pag-iral
Hayaan mong maramdaman ko ang kosmikong
karagatan
At ang mga galaw ng katawan na sumasayaw sa
kanyang dibdib
Hayaang umalingawngaw sa akin ang pinakabanal na
tinig
Pagpapalawak ng aking kamalayan mula sa katawan
hanggang sa sansinukob
Nawa'y maramdaman ko ang walang hanggang,
sumasaklaw na kaligayahan

Sumasabog mula sa isang dagat ng umaapaw na
liwanag

O walang hanggang kapangyarihan

O walang hanggang karunungan

Punuin ang aking kaluluwa ng iyong espirituwal na

bibrasyon

O tinig ng pinagpalang kosmikong salita

Itama ang aking mga pagkakamali

Kailangan ko

Hawakan ang aking kamay mula sa dilim patungo sa

liwanag

Tuwing naiisip Kita, O Panginoon, isang baha ng nag-

aalab na pananabik ang namumukadkad sa loob ko,

niyayanig ang aking damdamin at dumadaloy mula sa aking

puso patungo sa bawat selula ng aking katawan, pinupuno

.ito ng banal na pag-ibig

Ang pinakadakilang hangarin ko ay maabot ang

kaibuturan ng iyong pagkatao at magsaya sa iyong

presensya

At biglang bumukas ang pinto ng kaluluwa, at ako'y

labis na nabighani sa tuwa nang makita ang iyong

!nagniningning na liwanag

Ang nakaraan ay hindi alam ng karamihan sa

sangkatauhan, maliban sa ilang piling naliwanagang

indibidwal. Gayunpaman, ang ating kamangmangan sa

nakaraan ay para rin sa ating kapakinabangan. Sapagkat

kung alam natin ang lahat ng ating nagawa sa buhay na ito

at sa mga nakaraang buhay, tayo ay mabibighani sa dami ng

ating mga kilos at lubos na malilito. Sa katunayan, ang ating

kalooban ay maaaring maparalisa ng pagkabigla, na

magiging dahilan upang hindi natin maipagpatuloy ang ating

mga hangarin at iwan tayong biktima ng kawalan ng pag-

asa. Kahit sa buhay na ito sa lupa, ang pagkalimot ay isang

biyaya mula sa Diyos, na pumipigil sa mga alaala ng

nakaraan, lalo na ang mga mapait at masasakit na alaala, na
.manaig sa ating mga iniisip at damdamin
Ngunit mabuti na lang at ang banal na kislap sa loob
natin ay laging nagniningning kasama ng pag-asa at
pagnanais na ipagpatuloy ang walang katapusang
paglalakbay sa buhay. Dapat nating pasalamatan ang Diyos
para sa dalawang biyayang ito: paglimot sa nakaraan at pag-
.asa sa hinaharap

Hindi natin dapat isipin na ang tadhana ay naglalagay
ng mga balakid sa daan ng malayang pagpapasya.
Gayunpaman, dapat nating gawin ang ating makakaya
upang labanan ang mga negatibong impluwensya na
iniuugnay ng karamihan sa tadhana at kapalaran, at gamitin
ang ating kalayaan sa pagpili ayon sa ating panloob na
paniniwala, sa kondisyon na ang mga paniniwalang ito ay
batay sa matibay na pananampalataya at nakabatay sa mga
banal na batas, na kung wala ito ay hindi matitikman ng
.isang tao ang tunay na kaligayahan

Kapag sinisimulan natin ang isang gawain, hindi tayo
dapat matakot sa mga hindi kanais-nais na pangyayari,
bagkus ay maging optimistiko sa sukdulan, nang may lubos
na pananampalataya na walang makakahadlang sa
.paggamit ng ating kalooban at kalayaan sa pagpili
Kung mabigo tayong makamit ang ating layunin,
katanggap-tanggap na hindi direktang kilalanin na may mga
balakid na tayo mismo ang gumawa na pumigil sa atin na
maabot ito. Dapat tayong magtiyaga at doblehin ang ating
mga pagsisikap upang makamit ang ating layunin. Dapat din
nating tiyakin sa ating sarili na gaano man kalakas at kakila-
kilabot ang mga balakid at hamon, mayroon pa rin tayong
sapat na lakas upang alisin ang mga ito at malampasan ang
mga ito. Kahit na mabigo tayo sa kabila ng lahat ng ating
mga pagtatangka, hindi natin kailangang mawalan ng pag-
asa at pagkabigo, hangga't nauunawaan natin na ang
kalooban ng tao ay mas malakas kaysa sa tadhana, na tayo

mismo ang gumawa. Samakatuwid, hindi tayo dapat tumigil sa pagsubok, gaano man karaming beses tayong mabigo, dahil laging may mga bukas na pinto. Kailangan lang nating patuloy na magsikap at ulit-ulitin ang pagtatangka hanggang sa ipagkaloob sa atin ang tagumpay. Tutulungan tayo ng Diyos hangga't umaasa tayo sa Kanya at magsisikap. Ang sinumang lumalakad sa landas ay makakarating sa kanyang patutunguhan, at ang sinumang nagtitiwala sa Diyos ay .hindi mabibigo

Kapag ang isang tao ay nagnanais ng isang bagay, at ang pagnanais na iyon ay malakas at apurahan, ang pagnanais na iyon ay hindi kailanman nawawala sa kanilang kamalayan, saanman sila magpunta at saanman sila lumingon, at anuman ang kanilang mga pinagkakaabalahan at alalahanin. Sa pamamagitan ng palagian at patuloy na aktibidad nito, ang pagnanais na iyon ay nagtataglay ng napakalaking determinasyon at enerhiya. Ang intelektuwal na bulong na ito ay mas malakas at mas mabisa kaysa sa mekanikal na pagsusumamo, na hindi hihigit sa paggalaw ng mga labi. Ito ang ginagawa ng mga umiibig sa Diyos; ibinubulong nila ang kanilang pagmamahal sa Diyos nang walang tigil, at ang kanilang mga bulong ay taos-puso at hindi naririnig, sa lahat ng kanilang pang-araw-araw na gawain. Ang taos-pusong bulong na ito ay hindi nakakagambala sa kanila, ni hindi ito sumasalungat sa kanilang iba pang mga tungkulin. Habang lumalaki ang kanilang pagnanais para sa Diyos, ang kanilang pagmamahal sa Kanya ay lumalakas at lumalalim, hanggang sa mahawakan nila ang Kanyang presensya at makita ang Kanyang liwanag gamit ang mata ng kaluluwa, nalalaspang ang labis na kagalakan at nakakaramdam ng kapayapaang .hindi mailalarawan

Nagpapadala ang Diyos ng mga aral na kailangan natin sa buhay upang makinabang tayo sa mga ito at magkaroon ng pag-unawa at karanasan. Sinumang umiwas sa mga aral

na iyon ay mapipilitang matutunan ang mga ito gaano man
.katagal

Ang bawat pagsubok ay isang kaibigan kung tayo ay
natututo mula rito, at isang malupit na diktador kung ating
sasayangin ang pagkakataon at aabusuhin ito sa
pamamagitan ng pagrereklamo, hinanakit, at maling
.pagpapasya

Kapag taglay natin ang matibay na pang-unawa at
tamang pananaw sa buhay, ito ay nagiging maganda. At
walang komplikasyon

mga kasong sikolohikal

Ang isang tao ay hindi maaaring manatiling habang-
buhay na dinadala sa alon ng kagalakan, o lumulubog sa
ilalim ng magulong tubig ng kalungkutan, o nalulunod sa
kaibuturan ng pagkabagot. Sa mundong ito na kinakikitaan
ng magkasalungat na mga dualidad, Ang karaniwang tao ay
dumaranas ng mga pagtaas at pagbaba. Siya ay
bumabangon sa alon ng kagalakan at lumulubog sa
kaibuturan ng kawalang-bahala, at hinahampas ng
nagngangalit na mga alon ng kalungkutan. At bihira siyang
makaalam ng ibang estado ng kamalayan. Hinahayaan ang
mga pangyayari na maghalo-halo ang pag-iisip sa ganitong
paraan. Nangangahulugan ito ng pagsuko ng kagustuhan ng
isang tao sa isang pabago-bago at pabagu-bagong
.kapalaran

Ang kailangan ng isang tao upang mabuhay nang
matagumpay at kasiya-siya ay balanseng pangkaisipan
Makakamit lamang ito sa pamamagitan ng pagtutuong isip,
.pagkontrol sa mga kakayahang sikolohikal

Kahit ang pinakamatinding kalungkutan ay naghihilom
sa paglipas ng panahon, kaya walang saysay na alalahanin
pa ang kalungkutan sa bawat araw ng ating buhay. Ang
matagalang pagdadalamhati para sa isang yumaong mahal
sa buhay ay hindi nakakatulong sa kanya o sa atin, at wala
itong binabago sa katotohanan. Pagkakaroon ng inferiority

complex o pagpaparusa sa sarili. Walang silbi ang pag-iisip
muli sa mga nakaraang pagkakamali o pagkabigo. Ginagawa
lamang nitong miserable ang buhay at pinipigilan ang mga
.kakayahang pangkaisipan

Hindi natin dapat hayaang mahulog ang ating mga sarili
sa hukay ng nakakabagot na gawain, dahil iyon ay isang
sikolohikal na kalagayan na malayo sa komportable, dahil
ikinababahala nito ang isipan at sinusunog ang mga
.nakatagong kakayahan sa pugon ng kawalang-pakialam
Ang pagkabigo ay dapat lipulin mula sa ugat nito, at ang
mga bukid ng buhay ay dapat araruhin nang may kasipagan
at determinasyon at itanim ng mga binhi ng kabutihan
.upang umani ng masaganang ani sa tulong ng Diyos

Bakal sa Jubileo ng Pilak

Minsan ay naimbitahan ako sa isang pagdiriwang ng
silver jubilee para sa isang magkasintahan na tila isa sa
pinakamasayang magkasintahan, ngunit pagpasok ko pa
lang sa kanilang tahanan ay naramdaman kong may mali.
Tinanong ko ang dalawa sa aking mga estudyante kung
paano nila tratuhin ang isa't isa sa gabi, at kalaunan ay
sinabi nila sa akin na ang mag-asawa ay nakangiti sa isa't
isa sa harap ng iba at nag-uusap gamit ang pinakamatamis
na mga salita tulad ng "Oo, mahal ko" at "Siyempre, mahal
ko," at iba pang mga palakaibigang parirala. Ngunit sa
sandaling maisip nilang sila ay nag-iisa, nagtatalo sila at
.nagbibitawan ng masasakit na salita sa isa't isa
Kinausap ko sila at sinabing: Inimbitahan ninyo akong
dumalo sa inyong salu-salo, ngunit tensiyonado ang
kapaligiran at pakiramdam ko ay maraming alitan sa bahay
na ito, at tila sa akin ay maraming bakal sa jubileong pilak
.na ito

Noong una, nasaktan sila, ngunit kalaunan ay inamin
nila na tama ako at humingi ng tawad. Nagpatuloy siya,
sinasabing: Ano ang mapapala ninyo sa palagiang pagtatalo
?at pag-aaway

Tila nagsasama kayo para mapanatili ang reputasyon
ninyo bilang isang perpektong magkasintahan, ngunit
kailangan ninyong maging ganoon sa isa't isa at mamuhay
nang mapayapa at may pagkakaisa para sa inyong sariling
.kaligayahan at kapayapaan ng isip

Magnetikong pagkain

Kapag pinag-uusapan ng mga tao ang tungkol sa
pagkain o nutrisyon, kadalasan ang tinutukoy nila ay ang
pisikal na pagkaing kinakain upang mapanatili ang katawan.
Gayunpaman, may iba pang mga uri ng sustansya na hindi
gaanong mahalaga kaysa sa pisikal na pagkain, at kadalasan
ay mas mahalaga pa, tulad ng intelektwal o espirituwal na
sustansya. Aktibidad ng pag-iisip o konsentrasyon ng isip,
.karunungan at espirituwal na pag-unawa

Ang pisikal na pagkain ay nagpapanatili sa mga selula
ng katawan, habang ang intelektwal na pagkain ay
pumupuno sa isip ng mga malusog na ideya, at ang pagkain
ng karunungan ay nagpapasigla sa kaluluwa at
.nagpapaunlad ng mga kakayahan nito

Ang pagpapakain sa intelektwal ay karaniwang binubuo
ng mga ideyang iniisip ng isang tao at ang mga natatanggap
niya mula sa iba sa pamamagitan ng pakikipag-ugnayan at
.pakikipag-ugnayan sa kanila

Ang mga taong may mahinahong ugali at marangal na
disposisyon ay nakakatulong upang gawing mapang-akit at
.malusog ang ating mga iniisip

Hindi mahirap matukoy kung ang isang tao ay
kumukuha ng kanilang intelektwal na nutrisyon mula sa
isang mapayapa o nakakagambalang kapaligiran. Ang
pagkabalisa, pagkabalisa, at kalituhan ay pawang
nagmumula sa pakikisalamuha sa maling uri ng tao, maging
kaibigan o kamag-anak. Ito ay nagdudulot ng mga balisang
kaisipan at masamang mood

Ang katawan ay kumukuha ng enerhiya at sigla mula sa
mga pisikal na pagkain, habang ang mga magnetikong

pagkain ay nagbibigay sa katawan at isipan ng mga karga ng enerhiya na mas madaling matunaw kaysa sa mga solid at likidong pagkain, na hindi madaling ma-convert sa buhay .na enerhiya

Kapag kaya mong baguhin ang kamangmangan tungo sa karunungan, ang kahinaan at kawalang-tatag tungo sa kalusugan at sigla, at lumakad nang may kumpiyansa at katapangan – kahit mag-isa – sa mga landas ng buhay, at maranasan ang panloob na kagalakan sa pagkakaroon ng isang buhay at mapagbantay na konsensya, at matibay na pananampalataya sa katarungan ng Diyos at ang tagumpay .ng tama laban sa mali at katotohanan laban sa ilusyon

At kapag sinisikap mong ilabas ang iyong mga iniisip araw-araw tungo sa mas mataas at mas pinong mga antas, at mayroon kang mapagmahal at nagpapasalamat na puso, at mabubuting intensyon sa iba, ang iyong intelektuwal na pagpapakain ay magiging magnetiko, at pagkatapos ay maaakit mo sa iyong sarili ang lahat ng maganda at kapaki-pakinabang, mula sa mga bagay, tao, at mga pangyayari, na kinakailangan upang ipagpatuloy ang paglalakbay patungo .sa mga baybayin ng seguridad at kaligtasan

Kapag nagsikap ka upang makamit ang iyong mga pangangailangan, at kuntento sa kung ano ang ibinibigay ng Diyos, ikaw ay magiging mas mayaman sa espiritu at mas kuntento kaysa sa mga taong nahuhumaling sa mga makamundong ari-arian at sakim sa mga panandaliang .kasiyahan nito

Kapag hinahanap ng isang tao ang Diyos, na siyang tanging tunay na kaibigan, higit sa lahat ng kaibigan, nagiging posible ang pagtatatag ng tunay na pagkakaibigan sa lahat ng ugnayan ng tao: pamilya, kapatid, mag-asawa, at .espirituwal

Ang pagkakaibigan ay isang mahalagang elemento sa mga relasyong pangmag-asawa, at dapat unahin ang intelektwal at emosyonal na pagiging malapit, isang

pakiramdam ng moral na atraksyon, at tunay na
.pagmamahal at pagkakaibigan

Ang mga taong hindi makilala ang pagkakaiba ng tunay
na pag-ibig at ng malibog na atraksyon ay paulit-ulit na
.nabibigo

Kapag ang kasal ay itinatag sa matataas na mithiin at
paggalang sa isa't isa, ito ay nagiging isang masaya at
matagumpay na pagsasama sa pagitan ng dalawang
mapagmahal na kaluluwa. At sila ay nagtutulungan upang
pagaanin ang mga pasanin ng buhay para sa isa't isa, at
alisin ang mga alalahanin ng pamumuhay sa pamamagitan
.ng habag at pag-unawa sa isa't isa

Walang sinuman ang makakakontrol sa akin o
makakaagaw sa aking kalooban, maliban na lang kung
hahayaan kong maimpluwensyahan ako ng mga iniisip at
.kilos ng iba

Panginoon, napagtanto kong mayroon akong walang
katapusang pagkakataon sa harap ko. Upang tuklasin ang
aking mga kakayahan at matuklasan ang aking espirituwal
na potensyal, papalitan ko ang mga materyal na kalakip ng
mas matataas na mithiin. At aking mapagtatanto na ang
tapat na espiritu ay laging kasama ko

Ngayon ay pupunuin ko ang aking mga iniisip ng
kaunting optimismo, ilalayo ko ang aking sarili sa mga hindi
kanais-nais na karanasan, at isasagawa ko ang mga bagay
na magpapalusog sa katawan, isip, at espiritu sa isang
.balanse at pare-parehong paraan

Ang sayaw ng buhay at kamatayan ay laging naroroon,
ngunit palalayain ko ang aking sarili magpakailanman sa
pamamagitan ng pangangalaga sa aking espirituwal na
pagkakakilanlan. At kapag ang mga bagyo ng mga pagsubok
at paghihirap ay humarap sa akin, maglalayag ako sakay ng
sasakyang-dagat ng aking kaluluwa. Tatawid sa dagat ng
.buhay, Patungo sa ligtas at banal na mga baybayin

Kapag ako'y gumagawa at lumilikha, maaalala ko na
ang Diyos ay gumagawa sa pamamagitan ko; Siya ang
Panginoon ng sansinukob at maaari akong kumonekta sa
kanya sa pamamagitan ng malalim na pagninilay-nilay sa
.kanya

Mahal kong Diyos, natatanto ko na ang aking mga iniisip
ay magdudulot sa akin ng pagkabigo o tagumpay, depende
sa kung aling kaisipan ang pinakamalakas sa aking buhay.
Kaya, susubukan kong alalahanin na inaabot mo ang iyong
tulong sa akin at inihahanda ako nito para sa mga dahilan ng
.tagumpay

Kapag dumarating sa akin ang mga kalamidad at
kasawian, papalakasin ko ang aking loob at palalakasin ang
aking determinasyon na malampasan ang mga ito.

Magkakaroon ako ng katapatan at sinseridad sa aking
pakikitungo at pakikipag-ugnayan sa lahat, at ilalabas ko
ang mga kaisipan ng pagmamahal at mabubuting hangarin.

Pagkatapos, tutulungan ako ng Diyos gamit ang Kanyang
.kapangyarihan at karunungan

Panginoon, gagamitin ko po ang aking lakas ng loob at
talino upang makamit muna ang maliliit na bagay, at
.pagkatapos ay tutungo sa mas malalaking bagay

Kahit na matupad ang lahat ng materyal na ambisyon,
hindi pa rin lubos na kaligayahan ang hatid nito, at ang
paghahanap sa Diyos ang tanging tunay na kaligayahan.

Matutuklasan ko ang walang-kapantay na imbakan ng
kagalakan. At hindi ito tumitigil sa pagdaloy at pag-agos, sa
.mga hardin ng kaluluwa at sa mga luntiang parang nito

Mga ginintuang kasabihan

Ang kaligayahan ay aking karapatan, aking mana, at
aking nakatagong banal na kayamanan. Gabayan mo ako, O
Panginoon, upang matagpuan ko sa aking sarili ang mga
.kayamanang higit pa sa mga pangarap ng mga hari

* * *

Ang banal na nananahan sa mga puso ay nagliliwanag
sa kanyang mga alagad - mula sa kanyang awa at habag -
ng mga nagniningning na lampara ng karunungan na
nagtataboy sa kadiliman ng kamangmangan

* * *

Ang buhay ay isang matalinong paggalaw na may
regular na ritmo. Hinuhubog nito ang sarili sa mga bagay na
walang buhay, o kumukuha ng buhay at gumagalaw na
anyo. Ang buhay ay sumasaklaw sa lahat ng bagay at
.tumatagos sa lahat ng bagay

* * *

O Pinakadakilang Mangingibig, Ikaw ang buhay mismo.
Ikaw ang aking layunin at aking mithiin. Gawin mo akong
isang namumulaklak na rosas sa lyong makalangit na hardin,
o isang kumikinang na butil sa kuwintas ng lyong
nagniningning na pag-ibig, o ipagkaloob mo sa akin ang
pinakadakilang karangalan: ang pinakamaliit na lugar sa
.lyong puso

* * *

Kung saan pinahahalagahan ng iba ang aking mga
pagsisikap sa paggawa ng mabuti, doon ako
.makapagbibigay ng pinakamahusay na serbisyo

* * *

Maghabi tayo ng ginintuang alpombra ng mga pangarap
gamit ang mga sinulid na malasutla ng matatamis na alaala
at pinong mga kaisipan

* * *

Ang isang walang laman na isipan [na walang positibo
at nakabubuo na mga kaisipan] ay isang pabrika para sa
problema, pagkabalisa, kawalan ng pag-asa, at kawalan ng
.pag-asa

Kung ang pangkalahatang pag-ibig ay mananahan sa
iyong puso, ito ay magdadala sa iyo ng pangmatagalan at

panibagong kaligayahan na walang ibang makapagbibigay
.sa iyo

Ang mga bulaklak ng buhay na namumukadkad sa
hardin ng buhay sa lupa ay napakaganda at nakalulugod
pagmasdan. Ngunit mas kahanga-hanga at kahanga-hanga
ang bukal ng kagandahan at karunungan na umiiral sa kung
saan, kung saan tayo nagmula at kung saan tayo babalik at
.makikisalamuha muli

Nang magising ang disipulo sa umaga, pinatotohanan
niya sa kanyang sarili: "Hindi ako ang katawan, ako ay isang
di-nakikitang espiritu... Ako ang kagalakan... Ako ang
liwanag... Ako ang karunungan... Ako ang pag-ibig. At
bagama't nananahan ako sa katawang ito, ang aking espiritu
".ay imortal at hindi naaapektuhan ng pagkabulok

Kung paanong ang mga patak ng hamog ay tumutulong
sa mga bulaklak na mamulaklak at lumago, gayundin ang
kabaitan ay nagpapalusog sa pagkakaibigan at
nagtataguyod ng paglago nito

* * *

May mga alon na lumilitaw sa ibabaw ng karagatan at
mga alon na nawawala sa kailaliman nito; sa parehong kaso,
ang mga ito ay nasa loob ng karagatan at kaisa nito.
Gayundin, ang mga taong lumulutang habang "nabubuhay"
sa ibabaw ng kosmikong karagatan o ang mga nawawala sa
loob nito sa "kamatayan" ay pantay na nasa loob ng
.karagatan ng kawalang-hanggan

* * *

Hindi malinaw na nakikita ang repleksyon ng buwan sa
magulong tubig, ngunit kapag kumalma na ang ibabaw ng
tubig, nagiging ganap na malinaw ang repleksyon nito.
Ganito rin ang totoo sa isip: kapag ito ay kalmado, makikita

mo ang mukha ng iyong kaluluwa nang may lubos na
.kalinawan at katumpakan

Ipadala Mo, O Panginoon, ang mga sinag ng araw ng
Iyong karunungan upang gabayan ako sa aking masasayang
araw ng tagumpay, at ang liwanag ng kabilugan ng buwan
ng Iyong awa kapag ako'y naglalakad sa madilim na gabi ng
.kalungkutan

Ang meditasyon ay ang paraan kung saan ka nakikipag-
ugnayan sa pangkalahatang kaisipan, at kapag nakikibagay
ka sa walang hanggang kamalayang iyon, malalaman mo
.ang lahat ng mga lihim ng paglikha

Ang pagnanais na mapalapit sa Diyos at makilala Siya
ay hindi kusang dumarating, kundi dapat linangin, at ang
.buhay ay walang halaga kung wala ang pagnanais na iyon

Ang buhay sa lupa ay isang pansamantalang hinto, at
ang pangunahing tungkulin ng sangkatauhan ay maunawaan
ang layunin at mithiin ng paglalakbay na ito. Ang layuning
iyon ay kilalanin ang Diyos, at hindi na ito maaaring maging
.iba pa

Ang iyong kapayapaan ay iyong mahalagang
kayamanan, kaya huwag mong hayaang agawin ng sinuman
.ang kayamanang iyon sa iyo

* * *

Matutong tumayo nang mag-isa, ligtas at panatag sa
kuta ng iyong mga birtud at pagpapahalaga sa sarili

* * *

Lahat ng bagay ay umiiral dahil ang Diyos ay umiiral At
dahil Siya ay umiiral, ikaw ay umiiral din Dahil sa Kanyang
pag-iral, tinatamasa mo ang mga ginhawa at kagalakan ng

buhay Kaya naman, ang iyong pasasalamat sa Diyos ay
.dapat na maging malalim

Ang magagandang libro ay maaaring maging tahimik,
magalang, at magalang na mga kaibigan. Huwag mong
iwanan ang mga librong ito sa iyong mahihirap na sandali,
dahil hindi ka nila iiwan, hindi tulad ng mga pisikal na
.kaibigan na maaaring iwan ka

Sinumang may mabuting kalusugan, komportableng
buhay, at mahusay na kakayahang pangkaisipan, ngunit
kulang sa kaligayahan, ay hindi pa nagtatagumpay sa
buhay. Kapag tunay mong masasabing, "Ako'y masaya, at
walang sinuman ang makakaagaw ng aking kaligayahan,"
.natagpuan mo na ang wangis ng Diyos sa iyong sarili

Bigyang-diin ang katahimikan at kapayapaan, at
magpadala lamang ng mapagmahal na mga kaisipan at
mabubuting intensyon kung nais mong mamuhay nang
mapayapa at may pagkakaisa. Mamuhay nang nakabatay sa
katuwiran at kabanalan, at lahat ng may kaugnayan sa iyo
sa buhay ay makikinabang sa pamamagitan lamang ng
.pagiging kasama mo

Kung wala kang mga kaibigan, o kung sinasayang lang
ng mga kaibigan mo ang oras mo, o kung hindi ka
magkasundo sa kanila, hayaan mong maging kaibigan mo
ang mga libro [at materyales] na naglalaman ng
karunungan, habang maaari kang dumaan sa mga pinto ng
kanilang mga pahina patungo sa isang mundo ng mga
.kamangha-mangha at kapana-panabik na ideya

Ang paghahanap sa Diyos ay nangangahulugan ng
pagkamit ng lahat ng ninanais ng puso, at ang pagiging

espirituwal ay nangangahulugan ng pagbubukas ng mga
.pinto tungo sa kalusugan, kaligayahan, at tagumpay

Sa loob natin ay naroon ang isang kislap ng banal na
kapangyarihan na lumilikha at nagpapanatili sa lahat ng
.buhay at naghihintay itong magningas

Ang pagbabasa ay isang kapaki-pakinabang na
aktibidad sa pag-iisip; sinasanay nito ang isip at pinapanatili
itong flexible. Ang isa o dalawang oras na pagbabasa araw-
araw ay magbibigay sa sinuman ng magkakaibang kaalaman
sa loob ng ilang taon, basta't pipili sila ng mga kapaki-
pakinabang na libro. Huwag sayangin ang oras o pinsalain
ang iyong mga kakayahang pang-isip sa pamamagitan ng
pagbabasa ng mga murang nobela o mga walang kwentang
.libro na walang layunin o kahulugan

Ang mga may hilig sa lipunan ay makakatagpo sa
mahahalagang aklat ng isang bagong enerhiya upang
matulungan ang sangkatauhan sa pamamagitan ng mga aral
na nakapaloob sa mga aklat na isinulat ng mga marangal at
.mahuhusay na kalalakihan at kababaihan

* * *

Ang pagbabasa ay isang kapaki-pakinabang na
aktibidad sa pag-iisip; sinasanay nito ang isip at pinapanatili
itong flexible. Ang isa o dalawang oras na pagbabasa araw-
araw ay magbibigay sa sinuman ng magkakaibang kaalaman
sa loob ng ilang taon, basta't pipili sila ng mga kapaki-
pakinabang na libro. Huwag sayangin ang oras o pinsalain
ang iyong mga kakayahang pang-isip sa pamamagitan ng
pagbabasa ng mga murang nobela o mga walang kwentang
.libro na walang layunin o kahulugan

* * *

Dapat alisin ang pagkamakasarili at pagmamataas dahil
ang mga ito ang pinakamalaking hadlang sa espirituwal na
kaalaman

* * *

Kung walang pakiramdam ng Diyos, ang mundong ito ay
tila puno ng tunggalian, karahasan, at mapait na pagkabigo.
.Ang kaligayahan ay nasa pakiramdam na malapit sa Diyos

* * *

Ang mga nakakakilala sa Diyos ay nagtataglay ng
patuloy na kagalakan at kaligayahan sa kanilang mga puso.
Dahil nadarama nila ang pinagpalang seguridad at
katahimikan, hindi sila kayang linlangin ng mga bagyo ng
galit, ni hindi rin sila maaaring makapasok sa kanilang mga
.puso dahil sa takot

* * *

Ang mabubuting libro ang iyong pinakamatalik na
kaibigan; sa pamamagitan ng mga ito, maririnig mo ang
mga dakilang kaisipan na mahinahong nagsasalita sa iyo,
umaaliw sa iyo, at nag-aalok ng pinakamahusay na payo.
Ang hindi paglinang ng tunay na pagnanais na magbasa ng
mabubuting libro ay nangangahulugan ng pagkawala ng
.pamana ng mga henerasyon

* * *

Kung walang tulong mula sa Diyos, tiyak na mabibigo
ang mga tao, dahil ang lakas at karunungan kailangan
upang magtagumpay sa laban ng buhay ay nagmumula sa
walang hanggang pinagmumulan. Kapag binalewala ng
isang tao ang Diyos, pinuputol nila ang linya ng buhay na
nagbibigay sa kanila ng tulong at suporta na kinakailangan
.para sa tagumpay

Ang mga naghahanap na kumakatok sa pinto ng mga
espirituwal na pagkakataon ay matutuklasan na ang pinto ay
nabubuksan para sa kanila dahil tinutulungan ng Diyos ang
.mga tumutulong sa kanilang sarili

Kapag ikaw ay kasuwato ng Diyos, ang buong kalikasan
ay kasuwato rin ng sa iyo

* * *

Ang pag-ibig ay parang papel de liha na nagpapakintab
sa isipan at nag-aalis ng kagaspangan sa pagkatao

* * *

Kapag bigla mong natagpuan ang Diyos sa lahat ng
dako, at kapag Siya ay lumapit sa iyo, nagbigay-inspirasyon
sa iyo, at gumagabay sa iyo, nagsimula na ang kwento ng
.banal na pag-ibig

* * *

Nawa'y magningning ang pagmamahal sa mga puso at
magpadala ng mga sinag ng pagpapagaling sa iba

* * *

Kilalanin ang Diyos habang ikaw ay bata at malakas,
dahil sa katandaan at karamdaman ay maaaring hindi mo na
Siya mahanap. Sa edad na nagsisimula nang maunawaan ng
mga tao ang tunay na kahulugan ng buhay, ang katawan ay
nagiging mahina, at ginugugol nila ang natitirang bahagi ng
kanilang buhay sa pag-aalaga sa kanilang marupok na
.pisikal na kakayahan sa halip na hanapin ang katotohanan

* * *

Kukunin ko ang pinakamahusay mula sa bawat tao, at
pahahalagahan ko ang magagandang katangian ng lahat ng
nasyonalidad nang hindi nakatuon sa kanilang mga
.kapintasan

* * *

Kung paano natin pinapahalagahan ang nutritional value
ng ating pang-araw-araw na pagkain, dapat din nating
bigyang-pansin ang mga sikolohikal na sustansya na
.ibinibigay natin sa ating isipan araw-araw

* * *

Ang mabubuting salita ay isang kamangha-manghang
lunas para sa maraming karamdaman, nagtataglay ng isang
malakas, halos mahiwagang, magnetikong puwersa na

nagdudulot ng masaganang mga pagpapala at kasaganaan
sa kanilang nagsasalita. Ang mga gumagamit ng
nakapapawing-pagod at malumanay na mga salita ay
nakakaramdam ng banayad na daloy ng tubig sa
pamamagitan nito nang walang pagkaantala, na napupuno
sila ng malalim na pakiramdam ng katahimikan. Ito ay dahil
ang daloy na ito ay konektado sa mas mataas na
pinagmumulan nito, isang patuloy na daloy na umaabot sa
mga kaluluwang naaayon sa pinagmumulan na iyon, na
nagbibigay-daan sa kanila na magpadala ng kaligayahan sa
.mga naghahangad ng kapayapaan

* * *

Gaano karaming mabubuting salita mula sa puso ang
nakapagpawala ng maraming kalungkutan at gaano
karaming matalinong tinig ang nagliwanag sa madilim na
mga landas gamit ang mga lampara ng kagalakan at
!katahimikan

* * *

Lumalago tayo sa bawat karanasang ating
pinagdadaanan, basta't nauunawaan natin na may
matututunan tayong mahahalagang aral mula rito. Bawat
sakit at pagdurusa na ating nararanasan ay may kahulugan
at layunin. Sa kabila ng kalupitan ng mga karanasang ito,
ang mga ito ay parang apoy na tumutunaw sa iron ore,
binabago ito tungo sa maganda, matibay, at maraming
.gamit na bakal

* * *

Ang lahat ng kahanga-hangang tagumpay sa aking
buhay ay nakamit sa pamamagitan ng kapangyarihan ng
isang isip na naaayon sa Diyos. Kapag tumatakbo ang banal
na generator, lahat ng aking ninanais ay nagkakatotoo nang
walang pagbubukod, unang nagkakahugis bilang isang di-
nakikita, mala-langit na disenyo at pagkatapos ay
nagpapakita nang may hindi mapaglabanan na puwersa sa
.katotohanan

* * *

Kapag ang isip ay bumulong sa Diyos ng isang taos-
puso at maalab na bulong mula sa kaibuturan ng isang
nananabik na kaluluwa, ang tawag ng espiritu ay hahawak
sa puso ng lahat, at ang sagot ay darating, na may dalang
matinding kagalakan. Ang intelektuwal na bulong na ito ay
nagpapaunlad ng kalooban hanggang sa magkaroon ito ng
lakas na kinakailangan upang makamit ang ninanais na
.layunin

* * *

Kapag ang isip at kalooban ng isang tao ay naaayon sa
Diyos, sila ay binibigyan ng walang hanggang
kapangyarihan, kaya ang pag-iisip lamang tungkol sa isang
bagay ay sapat na upang makamit ito, dahil ang banal na
batas ay gumagana pabor sa mga taong naaayon sa kataas-
.taasang kalooban

* * *

Anuman ang ating mga alalahanin, ang Diyos ang dapat
manguna sa ating buhay. Isa sa pinakamahalagang
elemento ng espirituwal na paglago ay ang patuloy na taos-
pusong pagbulong sa Diyos, kung saan personal mong
mararanasan ang isang kahanga-hangang positibong
.pagbabago na lubos mong hahangaan

* * *

Hindi dapat ilaan ng tao ang lahat ng kakayahang
pangkaisipan na ibinigay sa kanya ng Diyos sa paghahanap
ng mga bagay na panandalian, kung hindi ay mawawala siya
sa mga labirinto ng materyalismo at lilikha para sa kanyang
sarili ng mga paghihigpit at limitasyon na hindi niya
kailangan. Sa halip, dapat niyang gamitin ang kanyang mga
kakayahang pangkaisipan upang makamit ang mga
pangangailangan sa buhay at sikaping paunlarin ang
kanyang mga espirituwal na kakayahan upang makilala ang
.tama at mali, at ang mapaminsala at kapaki-pakinabang

* * *

Ang katotohanan ay lampas sa mga opinyon at teorya,
at marami sa mga gumagamit ng pamamaraang ito ay
nabibigatan ng kanilang sariling mga subhetibong
.konklusyon

* * *

Buksan Mo, O Panginoon, ang mga pintuan ng
katahimikan at bantayan ang santuwaryo ng aking mga
espirituwal na kaisipan mula sa mga pag-atake ng
masasamang bulong. At hayaang mamulaklak ang mga
rosas ng aking mga pananabik sa hardin ng aking puso
habang hinihintay ko ang buhang-liwayway ng Iyong
.pagdating

* * *

Ang kaalamang teoretikal ay walang kakayahang *
magtamo ng banal na kaalaman, at ipinapayong huwag
sayangin ang mahalagang oras ng isang tao sa mga
teoryang hindi maaaring ilapat sa realidad, kung hindi ay
matatagpuan niya ang kanyang sarili sa gitna ng masukal na
kagubatan ng intelektwal at hindi kayang malampasan ang
.saklaw ng mga teorya

* * *

Ang kaligayahan ay bunga ng sikolohikal na tagumpay
laban sa pabagu-bagong mga pangyayari sa buhay

* * *

Siyang kinikilala ng Diyos ay maaaring hindi kilala ng
mundo

* * *

Kung ipoprograma ng isang tao ang kanyang sarili gamit
ang kaalamang teoretikal [nang walang aktwal na
pagsubok], siya ay magiging parang isang portable
recording device na inuulit ang mga kawikaan at inuulit ang
matatayog na parirala, at ituturing siya ng iba na isang
matalinong iskolar, ngunit ang ganitong kaalaman ay hindi
pinatitibay ng direktang pagdama sa katotohanan, ni hindi
.ito natutumbasan ng espirituwal na tagumpay

* * *

Mananatili ang mga problema sa mundo, kaya saan
makakahingi ng gabay at direksyon ang isang tao? Ang mga
iniisip ng isang tao, na naimpluwensyahan ng mga gawi,
pagtatangi, pagkiling, at panatismo, ay walang silbi, at ang
mga impluwensya ng kanyang kapaligiran, pamilya, bansa, o
mundo ay hindi kayang magbigay ng tunay na gabay.

Samakatuwid, dapat bumaling ang isang tao sa Diyos at
makinig sa mahinahon at payapang tinig na nagmumula sa
kaibuturan ng kaluluwa, isang tinig na naaayon sa
.katotohanan

* * *

Buksan ang inyong mga puso sa banal na pagbubuhos
upang ito ay dumaloy sa inyo at mapuno ang inyong mga
.buhay ng mga espirituwal na pagpapala at kabutihan

* * *

Anuman ang iyong trabaho at anumang tagumpay na
iyong makakamit, laging tandaan na ang Diyos ang siyang
pinagmumulan ng lahat ng lakas na kailangan mo upang
.magtrabaho at magtagumpay

* * *

Panginoon, hayaan Mo akong maalala Ka sa kahirapan*
at kasaganaan, sa sakit at kalusugan, sa kamangmangan at
karunungan, at hayaan Mo akong makita ang Iyong
pinagpalang liwanag na nagbibigay ng kagalingan at
.paggaling sa sandaling ito

* * *

Sa pag-iisa ng aking mga iniisip, ninanais kong marinig
ang iyong pinagpalang tinig. Ilayo mo sa akin ang malupit at
makamundong mga tinig na nakatago sa mga tupi ng aking
alaala. Nais kong pakinggan ang iyong mahinahon at
malambing na tinig magpakailanman, sa katahimikan ng
.aking kaluluwa

* * *

Ang buhay ay nababalot ng kadiliman, at dapat nating
hayaang ang liwanag ng Diyos ang maging gabay natin
habang tayo ay naglalakad sa madilim nitong landas. Siya
ang kabilugan ng buwan sa mga gabi ng kamangmangan at
kadiliman, ang araw ng kaliwanagan sa mga oras ng
paggising, ang tanglaw ng patnubay, at ang North Star para
sa mga tumatawid sa mga karagatan ng makalupang,
.panandaliang pag-iral

* * *

Panahon na para gumising ang sangkatauhan mula sa
pagkakatulog ng pagkalimot tungo sa isang espirituwal na
paggising. Hinihiling namin sa Iyo, O Panginoon, na itaas ang
aming kamalayan mula sa kaibuturan ng kawalang-ingat at
makitid at limitadong pag-iisip tungo sa mga abot-tanaw ng
kapayapaan, liwanag, pag-ibig, at pangkalahatang habag ng
.tao

* * *

Sa kalaunan ay magiging mas maayos ang mga bagay-
bagay dahil ang mga kapangyarihan at kababalaghan ng
Diyos ay nakatago sa likod ng mga kontradiksyon ng buhay
ng tao, at sinumang hindi kumbinsido sa hindi maiiwasang
sitwasyon at sumusubok na tumagos gamit ang kanyang isip
at pananampalataya sa kung ano ang nasa kabila ng tabing
.ay mabubuksan ang pinto para sa kanya

* * *

Ang pananampalataya ay hindi kailanman
nangangahulugan ng pagiging pabaya o hindi pagharap
nang matalino sa mga sitwasyon. Sa halip, anuman ang
mangyari, dapat tiyakin ng isang tao sa kanyang sarili na
ang Diyos lamang ang makakasuporta sa kanya sa mahirap
at mapanuring mga sitwasyon kung siya ay lalapit sa Kanya
.nang buong puso, kaluluwa, at damdamin

* * *

Kung maihahatid lamang ng ating mga pandama ang
buong katotohanan sa atin, makikita natin ang mundo bilang

mga ilog ng mga elektron, at ang bawat butil ng alikabok
bilang isang gumugulong na masa ng liwanag. Ang mga
tumatagos sa larangan ng materyal patungo sa espirituwal
ay nauunawaan ang kalikasan ng ilusyon at nalalaman ang
.diwa ng katotohanan

* * *

Maging sa gubat ng Africa, sa larangan ng digmaan,
nagdurusa sa sakit o kahirapan, dapat kumbinsihin ang sarili
na ang kamay ng Diyos ay mas malakas kaysa sa anumang
panganib at may kakayahang protektahan ang mga taong
humihingi ng kanlungan sa Kanya. Wala nang mas mabisang
paraan ng proteksyon. Siyempre, dapat gumamit ng
pangangatwiran sa pagharap sa mga pangyayari habang
kasabay nito ay naglalagak ng buong tiwala sa banal na
.tulong

* * *

Ang pag-ibig na nananahan sa puso ng lahat ng nilalang
—ang pag-ibig ng lahat ng ina, ama, kaibigan, at mga mahal
sa buhay—ay nagmumula sa banal na pag-ibig

* * *

Dapat gumawa ng pagkakaiba sa pagitan ng mga
pangunahin at maliliit na tungkulin, na inuuna ang
pinakamahalaga kaysa sa mga mahalaga lamang. Bukod pa
rito, walang tungkulin ang dapat sumalungat sa isa pa.
Sinasabi sa atin ng mga banal na kasulatan na kapag ang
isang tungkulin ay sumasalungat sa isa pa, ito ay katibayan
.na hindi ito isang tunay na tungkulin

* * *

Habang kumakalat ang mahahalagang sinag ng araw,
ikakalat ko ang mga sinag ng pag-asa sa mga puso ng mga
mahihirap at mga pinabayaan [mga taong pinabayaan ng
lipunan], at magtatanim ako ng bagong determinasyon sa
.mga puso ng mga taong nag-iisip na sila ay mga bigo

* * *

Sinabi ng gurong si Paramahansa sa isa sa kaniyang

:mga disipulo

Huwag mong ibukod ang sinuman sa bilog ng iyong"
pag-ibig. Panatilihin ang lahat sa iyong puso at pananatilihin
".ka rin nila sa kanila

* * *

Panginoon, tulungan mo akong laging gamitin ang aking
kalooban upang maisakatuparan ang mga kapaki-
.pakinabang at mabubuting gawa

Tulungan mo akong sumunod sa Iyong kalooban upang
ang lahat ng aking mga iniisip ay tumugon sa Iyong mga
.layunin at naaayon sa Iyong kalooban

Tinulungan niya akong gisingin ang nakatago at
pinagpalang kapangyarihan sa loob ko upang malampasan
.ko ang lahat ng kahirapan at pagsubok

* * *

Gumising sa matapang at mapagpakumbabang
espirituwal na personalidad – isa na pinagsasama ang lakas
ng mga leon at kahinahunan ng mga kalapati

* * *

Hindi ko alintana ang mapait at maling kritisismo, ni ang
labis na papuri at pambobola. Ang tanging hangarin ko ay
sundin ang Iyong kalooban, O Panginoon, at makamit ang
.Iyong pabor

* * *

Hindi mo maisip ang labis na kagalakan na pupuno sa
iyo kapag naramdaman mo ang banal na presensya. Ang
iyong kaluluwa ay malalasing sa walang hanggang pag-ibig
ng Diyos. Ito ay isang pag-ibig na milyun-milyong beses na
mas dakila kaysa sa anumang pag-ibig ng tao—isang pag-
ibig na tumutupad sa lahat ng iyong mga hangarin at
.pumupuno sa iyong puso ng kagalakan at kasiyahan

* * *

Sa pamamagitan ng panloob na pokus, maaari mong
direktang maranasan ang espirituwal na kaligayahan sa loob

mo at sa paligid mo. Kung iyong linangin ang kamalayang
ito, ang iyong personalidad ay lalago nang maayos, at
magkakaroon ka ng kaakit-akit na magnetismo para sa mga
.tao at iba pang nilalang

* * *

O Dakilang Tagapagtanggol, wala akong pakialam kung
mawala ang lahat dahil sa aking kapalaran, na aking sariling
kagagawan, ngunit hinihiling ko sa iyo, aking tanging
kanlungan, na protektahan ang kandila ng aking pag-ibig
para sa iyo mula sa mga hangin ng kapabayaang at
.pagkalimot

* * *

Uminom tayo nang husto sa dalisay at nakakapreskong
tubig ng kapayapaan na dumadaloy mula sa mga bukal ng
kanais-nais na mga kalagayan, na pinatitibay ng ating
matibay na paninindigan na mag-isip nang positibo at
.magkaroon ng optimistikong pananaw

* * *

Ang konsensya ay isang intuwisyon na nagpapakita ng
tunay na kalikasan at mga motibo ng isang tao. Kapag
malinis ang iyong konsensya, at alam mong ginagawa mo
ang tama, wala kang dapat ikatakot. Ang malinis na
konsensya ay isang patunay ng mabuting pag-uugali mula
sa Diyos. Ang pagiging napawalang-sala sa hukuman ng
konsensya ay nangangahulugan ng pagkakaroon ng
.kaligayahan at pagtanggap ng mga pagpapala ng Diyos

* * *

Subukang gumawa ng mga bagay na matapang at
kasiya-siya na hindi ginagawa ng karamihan, at magbigay ng
pagmamahal at kapayapaan sa mga taong hindi napapansin
.ng iba

* * *

Sinabi ng gurong si Paramahansa sa isa sa kaniyang
:mga disipulo

Kung hindi ka maglalaan ng oras sa paglinang ng isip,"

kahit gaano karaming materyal na kasaganaan ang
makapagbibigay sa iyo ng kasiyahan. Ang paglinang na ito
ay hindi pagpapahirap kundi pagsasanay ng kamalayan
upang pangalagaan ang mga kaisipan at kilos na
".humahantong sa kaligayahan

Ang kaligayahan mo ay ang iyong tagumpay, kaya
huwag mong hayaang nakawin ito sa iyo ninuman.

Protektahan ang iyong sarili mula sa mga taong
nagtatangkang mang-istorbo sa iyo. Noong bata pa ako,
nawawalan ako ng pasensya tuwing may nagkakalat ng mga
maling tsismis tungkol sa akin. Kalaunan, napagtanto ko na
mas mahalaga ang aking kapayapaan ng isip kaysa sa
.pagsang-ayon o paghanga ng mga tao

* * *

Kung alam mo lang sana ang kwento ng banal na pag-
ibig na nararanasan ng ilang deboto sa Diyos! Walang ibang
karanasan sa buhay ang maihahambing sa kagalakang iyon.

May kilala akong isang santo na patuloy na nakalubog sa
pag-ibig ng Diyos, at ang kanyang mukha ay nagniningning
ng banal na pag-ibig. Ang mata ng Diyos ay laging nasa mga
nagmamahal sa Kanya, at hindi Niya sila pinababayaan kahit
.isang sandali

* * *

Kaunti lang ang mga interesado sa pagpapaunlad ng
kanilang mga kakayahang pangkaisipan at espirituwal

* * *

Huwag mong hayaang lumubog ang iyong sarili sa ilalim
ng pagpapaliban. Bumangon mula sa pagkakatatulog ng
nakakabagot na ordinaryong realidad at humakbang
patungo sa mga abot-tanaw ng isang pinong buhay kung
.saan mayroong tagumpay, kagalakan, at kapayapaan

* * *

Sa loob mo ay naroon ang napakalaking potensyal na
naghihintay na mamuhunan, at ikaw lamang ang may
.kakayahang paganahin at makinabang mula rito

* * *

Ang paglaya mula sa mga utos ng masasamang gawi at
hindi malusog na mga pagnanasa ay nagdudulot ng higit na
kaligayahan kaysa sa materyal na tagumpay. Sa tagumpay
sa intelektwal ay nakasalalay ang sikolohikal na kagalingan
na hindi maaalis ng mga panlabas na pangyayari. Maaari
mong gugulin ang lahat ng iyong oras sa pag-iipon ng
kayamanan, ngunit ang kayamanang iyon ay hindi
magbibigay sa iyo ng pangmatagalang kapayapaan at
seguridad na iyong hinahanap. Sa kabaligtaran, magdudulot
ito sa iyo ng higit na kalungkutan dahil ang tunay na
kaligayahan at kapayapaan ay nasa isip, hindi sa mga
.materyal na ari-arian

Kapag matatag kang nakatatag sa iyong tunay na sarili,
nagagawa mo ang bawat gawain at natatamasa mo ang
.lahat ng mabubuting bagay nang may banal na kagalakan

* * *

Huwag mong hayaang ang kahinaan ay tumagos sa
iyong isipan, at maging maingat sa pakikisalamuha sa mga
taong may negatibong kaisipan at pesimistikong pananaw,
dahil baka ang kanilang mahihinang kaisipan ay tumagos sa
iyong isipan, maliban na lang kung ang iyong isipan ay
umabot na sa isang antas ng kalakasan na hindi na ito
kayang pahinain ng mga kaisipan ng iba, bagkus, sa
kabaligtaran, nagagawa nitong palakasin ang mga kaisipan
.ng iba at pahasayin ang kanilang tiwala sa sarili

* * *

Ang Diyos ang una, at hindi natin dapat simulan o
tapusin ang ating araw nang hindi Siya iniisip. Dapat nating
tandaan na kung wala ang lakas at enerhiyang natatanggap
natin mula sa Diyos, wala tayong magagawa. Kaya naman,
.ang ating pinakadakilang tungkulin ay sa Kanya

* * *

May paraan upang suriin at husgahan ang mga
kaugalian at tradisyon. Sa simula, ang bawat tradisyon ay
may katwiran. Kung matutuklasan natin na umiiral pa rin
ang katwiran, kung gayon ang tradisyon ay may kahulugan
at pakinabang. Gayunpaman, hindi matalino na sundin ang
mga tradisyon nang walang taros. Dapat nating malaman
ang katotohanan at sundin ito, alamin kung ano ang
maaaring magdulot sa atin ng kaligayahan at pagkatapos ay
.ilapat ito

* * *

Kapag nakakita ka ng napakaraming tao na kulang sa
kaligayahan o tagumpay, huwag mong isipin na iyon na ang
kanilang kapalaran. Maaari mong gawin ang anumang gusto
mo. Ang panloob na tagumpay mo ang tunay na
.nagpapatagumpay sa iyo

* * *

Kung wala kang laman sa iyong sarili, hindi ka magiging
masaya. Ngunit kung wala kang laman sa paligid mo at
masaya ka sa iyong sarili, walang alinlangan na ikaw ay
matagumpay. Kaya, imposibleng husgahan ang mga tao
.batay sa kanilang panlabas na kalagayan

* * *

Sa gitna ng napakaraming tao, maaaring may isang
taong nakarating na sa isang kalagayan ng espirituwal na
kataas-taasan at nagtatamasa ng panloob na kapayapaan at
.sukdulang espirituwal na kaligayahan

* * *

Alam kong tiyak na lahat ng kailangan ko ay darating sa
akin, kaya hindi ako nag-aalala tungkol sa kung ano ang
naghihintay sa hinaharap. Hindi ito pagmamayabang o
pagkukunwari, dahil naranasan ko na ang gawa at bisa ng
pinagpalang kapangyarihang iyon sa aking buhay nang
.maraming beses

* * *

Lumulutang man ako sa ibabaw ng buhay o nalulunod
sa kailaliman ng dagat, alam kong kasama ko ang Diyos at
Siya ay kasama ko, at walang makakasakit sa akin. Ang
kaalamang iyon ay nagbigay sa akin ng di-malarawan at
.malalim na kaligayahan

* * *

Walang duda na ang pagbili ng bago ay isang kasiya-
siyang karanasan. Ngunit pagkaraan ng ilang sandali, ang
masayang pakiramdam na iyon ay unti-unting nawawala, at
maaari mo pa ngang tuluyang mawalan ng interes dito,
makalimutan ito at maghangad ng iba. Gayunpaman, ang
singil para sa bagay na iyon ay hindi malilimutan, lalo na
!kung binili mo ito nang hulugan

* * *

Dapat kontrolin ng isang tao ang kanilang buhay at
pasimplehin ito hangga't maaari. Dapat silang mag-ipon ng
pera para sa mga pangangailangan at emergency, unahin
ang pag-iipon kaysa sa paggastos sa mga luho, at tulungan
ang iba sa abot ng kanilang makakaya. Kapag tinulungan mo
ang iba, darating ang tulong sa iyo sa iba't ibang paraan, at
.wala kang kukulangin at wala kang mawawalan

* * *

Sa kagalakan ng lahat ng puso, naririnig ko ang
alingawngaw ng Iyong kaligayahan, O Panginoon, at sa
pagkakaibigan ng lahat ng tapat, nararamdaman ko ang
Iyong pag-ibig, ako'y nagagalak at ang puso ko'y nagagalak
sa tagumpay at kasaganaan ng aking mga kaibigan, tulad ng
aking pagsasaya sa aking sariling kagalingan at
kaginhawahan. Habang nagbibigay-inspirasyon ako ng
karunungan sa iba, pinararami ko ang mga kayamanan ng
aking sariling karunungan, at sa kaligayahan ng lahat,
.natatagpuan ko ang aking sarili

* * *

Ang pinakamalaking kaaway ng kaligayahan ay ang
pangungutang ng pera para makabili ng mga luho. May mga

taong nagkakamali sa paniniwalang hindi sila magiging masaya hangga't hindi sila nakakakuha ng isang partikular na bagay. Ngunit kahit na matapos nilang makuha ang bagay na iyon, hindi nila mararanasan ang tunay na kaligayahan, sa kabila ng pansamantalang kagalakang dulot nito. Ano ang saysay ng paghabol sa ilusyon ng kaligayahang panlupa na nangangakong masisira lamang? Dapat mamuhay nang simple ang mga tao, nang hindi nangangailangan ng maraming ari-arian na nangangailangan .ng patuloy na atensyon

* * *

Ang paraiso ko ay nasa loob ko. Habang tinatamasa ko ang mga pagpapala ng Diyos, nagpapasalamat ako sa Kanya, at ang aking panloob na kagalakan ay lumalago. Kung wala ang panloob na kasiyahang iyon, maging ang mga kasiyahan at kaluguran sa mundo ay nagiging impyerno. Napagtanto ko na kung wala ang panloob na kagalakang iyon, ang pasanin ng mga responsibilidad na ipinataw sa akin ay maaaring mag-alis sa akin ng aking .kapayapaan at kaligayahan

* * *

Kung ang kayamanan ay kaakibat ng sakit at mga problema, ang mga kahihinatnan ay magiging marami. Ang kalinisan at pangangalagang pangkalusugan ay kabilang sa mga kalakasan ng Kanluran. Ang mga mapaminsalang insekto at nakamamatay na mikrobyo ay epektibong kinokontrol sa mga mauunlad na bansa, habang sagana ang mga ito sa iba. Ngunit ang pagpuksa sa mga pesteng ito ay hindi ang tugatog ng tagumpay, dahil may iba pang mga uri ng paghihirap na umiiral sa mga mauunlad na bansa, tulad ng mga mahirap bayarang bayarin at nakakasakal na krisis sa pananalapi dahil sa mga sistema ng pagbili ng hulugan—mga paghihirap na nakakagambala sa pagtulog at sumisira .sa kapayapaan ng isip

* * *

Tayo ay mahalagang bahagi ng parehong kamalayan
.kung saan nagmula ang dakilang sansinukob na ito

* * *

Nakakita ka na ba ng kawan ng mga tupa? Kapag ang
isa sa kanila ay tumalon, gagayahin ito ng iba nang walang
pag-aalinlangan. Karamihan sa mga tao ay ganoon.
Maaaring may makaisip ng ideya o magpasimula ng bagong
uso, at ang iba ay agad na sasali at gagayahin ito. Ang
ganitong pamamaraan ay nagpatuloy sa loob ng maraming
henerasyon. Bawat bansa ay may mga kaugalian at
tradisyon, at hindi natin masasabing lahat ng mga ito ay
tama o maayos. Ngunit sino ang nakakaalam? Marahil ang
ilan sa mga kaugalian at tradisyong iyon ay walang
.kabuluhan at walang saysay

* * *

Kapag humupa ang magulong bagyo ng mga kaisipan,
papasok tayo sa kaharian ng kapayapaan at mahahawakan
ang banal na presensya

* * *

Isipin ang Diyos, o ang isang magandang tanawin na
nagbibigay-inspirasyon ng kapayapaan, o ang isang masaya
at kasiya-siyang karanasan. Ang positibo at mahinahong
aktibidad sa pag-iisip ay nakapagpapalakas at
.nakakapresko

* * *

Nabubuhay tayo sa isang magulong at magulong
mundo. Maaaring iniisip mo na ang pera ay
nangangahulugang kaligayahan, ngunit kapag nakuha mo na
ito, matutuklasan mong hindi ka pa rin masaya. Maaari kang
yumaman at mawala ang iyong kalusugan (huwag nawa ng
Diyos) O maaaring mayroon kang mabuting kalusugan at
mawala ang iyong pera O maaaring mayroon kang parehong
kayamanan at kalusugan ngunit dumaranas ng maraming
problema sa iba, na nag-aalok lamang ng kabaitan na
sinasalubong lamang ng poot at sama ng loob. Kung wala

ang Diyos, walang anuman sa buhay na ito ang tunay na
.makapagbibigay-kasiyahan sa iyo

* * *

Ang mundo ay nagiging silid ng pagpapahirap para sa
mga taong nabubuhay nang walang kaalaman sa banal na
plano. Ngunit kapag tiningnan mo ang mga karanasan sa
buhay bilang iyong mga guro at natututo mula sa mga ito
ang tunay na katangian ng mundong ito at ang iyong
itinalagang papel sa kosmikong drama, ang mga karanasang
iyon ay nagiging mahalagang liwanag sa landas tungo sa
.pangmatagalang kasiyahan at kaligayahan

* * *

Doon, sa kabila ng walang-dilim na kadiliman, ang
walang tunog na katahimikan, at ang hindi nilikhang
kawalan, ay nakasalalay ang walang hanggang esensya, na
siyang pinagmulan ng pag-iral at ang pinagmumulan ng
.lahat ng kapangyarihan at nilalang, nakikita man o hindi

* * *

Hindi nilikha ng Diyos ang mundong ito para lamang sa
atin upang kumain, matulog, at mamatay, kundi upang
malaman natin ang Kanyang kalooban at maunawaan ang
layunin ng ating pag-iral. Naunawaan na ng iilang
matatalinong tao ang kahulugan ng planong kosmiko, ngunit
karamihan sa mga tao ay bulag at walang kamalayan sa
.layuning iyon

* * *

Hindi kailanman naging layunin ko ang pera sa buhay;
ang layunin ko ay paglingkuran ang aking mga kapatid sa
sangkatauhan. Kaya naman, binuksan ng Diyos ang
maraming pinto ng pagkakataon para masuportahan ko ang
.aking sarili at matupad ang aking misyon

* * *

Nilikha ng Diyos ang sansinukob na ito upang gumana
ayon sa isang nakapirmi at hindi nagbabagong batas. Kung
lalabagin natin ang alinman sa mga pangkalahatang batas

na ito, pinaparusahan natin ang ating sarili. Ang sinumang
tumalon mula sa bubong ng isang mataas na gusali ay
mababali ang kanyang mga buto. Samakatuwid, hindi natin
maaaring balewalain ang batas ng grabidad nang hindi
.nadarama ang mga kahihinatnan nito

* * *

Kapag ating malalimang sinuri ang mga kabihasnan ng
mundo at ginalugad ang mga nakatagong lihim ng mga
sinaunang kabihasnan, isang malawak na larawan ang
lumilitaw, na may magkakaugnay na mga linya,
magkakaibang mga kabanata, at mga tiyak na detalye, at
ating matutuklasan na ang tao ay parehong indibidwal at
.panlipunan sa kalikasan nang sabay

* * *

Kung nais ng Diyos na mamuhay lamang tayo sa
materyal na kamalayan, lubos tayong masisiyahan sa mga
materyal na bagay at masisiyahan sa mga makamundong
.gawain

* * *

Ang mga sinag ng kadalisayan, kapayapaan, at
kaligayahan na lampas sa mga pangarap ay kumukurap at
sumasayaw sa ating kaibuturan

* * *

Sa bawat karanasang lumilitaw sa kalangitan ng ating
buhay sa paglalakbay nating ito sa lupa, dapat nating
matutunan kung paano palawakin ang ating kamalayan at
kung paano maging mas maunawaan ang mga pangyayaring
nakapaligid sa atin o ating pinagdadaanan, at sa gayon ay
mamumuhay tayo nang may mas maayos na pagkakaisa at
.mas maayos na makitungo sa mga tao at sa buhay

* * *

Karamihan sa mga tao ay ginagaya ang iba. Ang isang
tao ay dapat maging orihinal at malikhain, at maging
.dalubhasa sa lahat ng kanilang ginagawa

Sa Silangan, ang pangunahing pokus ay ang paglinang ng espirituwal na kaligayahan, habang ang mga materyal na aspeto ng buhay ay madalas na napapabayaang. Sa Kanluran, may ilang materyal na kaginhawahan ngunit napakakaunti ng sikolohikal na kaligayahan. Ang kailangan ay isang balanse sa pagitan ng dalawa, dahil ang pagtuon sa isang aspeto lamang ng buhay ay humahantong sa kawalan ng balanse at kawalan ng kakayahang harapin ang mga pangangailangan ng buhay nang makatwiran

* * *

Ang pinakadakilang kaligayahan - pagkatapos ng banal na kaligayahan - ay ang maging mapayapa ang isang tao sa kanyang mga malapit na kamag-anak na kanyang makakasama araw-araw sa buong taon

Maraming oras ang nasasayang ng mga tao sa pagmamadali at pagkilos nang padalos-dalos nang walang gaanong nagagawa. Kaunting pahinga lang ang kailangan para magnilay-nilay at subukang unawain ang iniaalok ng buhay

* * *

Dapat tayong magsikap na magtayo ng mga panloob na gusali ng karunungan sa mga hardin ng kapayapaan na yumayabong at nagniningning na may hindi mabilang na mga bulaklak ng kahanga-hangang espirituwal na mga birtud

* * *

Ang panloob na pagkakasundo ay isang masaganang pinagmumulan ng lakas at lumilikha ng nababagong enerhiya

* * *

Sa pagtingin sa buhay, matutuklasan ng isa na ang tagumpay ay hindi madali. Ang buhay ay kadalasang malupit at walang patawad, at kailangan nating magsumikap upang kumita ng ikabubuhay. Isipin ang pagsisikap na kinakailangan upang mapanatili ang iyong katawan at

mapanatili itong malusog at malaya sa sakit! Kahit na
magtagumpay ka rito, ang tagumpay na iyon ay
pansamantala lamang. Ang katawan—nawa'y mabuhay ka
nang matagal—ay kalaunan ay ililibing. Ang
pangangailangan ay nagdidikta ng pakikipaglaban sa
maraming puwersa, kapwa panloob at panlabas, upang
makamit ang ninanais na tagumpay. Ang mga puwersang ito
ay walang pagod na nagtatrabaho upang agawin sa iyo ang
.anumang tunay na makabuluhang mga nagawa

* * *

Sikapang manatiling kalmado sa lahat ng pagkakataon,
at hayaang mamukadkad ang binhi ng iyong kapayapaan
.nang may saya at mga ngiti ng kasiyahan

* * *

Kahit ang pinakadakilang mga banal ay hindi makakamit
ang ganap na kaligtasan maliban kung ibabahagi nila ang
kanilang tagumpay—ang kanilang mga espirituwal na
karanasan at mas mataas na kaalaman—sa iba sa
pamamagitan ng pagtulong sa kanila na maabot ang
espirituwal na pag-unawa. Kaya naman ang mga nakarating
na sa ganitong mga yugto at nakamit ang ganitong mga
kalagayan ay sabik na magbigay ng pag-unawa sa mga
nangangailangan nito. Kung nais mo ng tunay na tagumpay,
hindi lamang ang iyong sariling kaligayahan ang iyong
.matitiyak kundi pati na rin ang kaligayahan ng iba

* * *

Kahit sinong may katalinuhan ay maaaring kumita ng
pera. Ngunit kung mayroon silang pagmamahal sa kanilang
puso, hindi nila kailanman gagamitin ang perang iyon para
sa makasariling layunin; sa halip, ibabahagi nila ito sa iba.
Ang pera ay isang sumpa at isang kasawian sa kamay ng
mga makasarili at kuripot, at isang biyaya at isang regalo sa
kamay ng mga may mabubuting puso at mapagbigay na
.kaluluwa

* * *

Maaaring piliin ng isang tao na manatiling tahimik sa loob ng mahabang panahon, tumangging makipag-usap sa kanilang pamilya Bagama't maaaring makamit ng taong ito ang isang antas ng panloob na kapayapaan, ang kanilang pag-uugali ay makasarili at nakakapinsala sa kaligayahan ng kanilang pamilya. Hindi sila maituturing na tunay na matagumpay maliban kung ang kanilang mga mahal sa buhay ay makikinabang din sa kanilang mga nagawa. Gayundin, ang pagkamit ng materyal na tagumpay ay hindi lamang tungkol sa ating karapatang tamasahin ang kasaganaan lamang; kinabibilangan din ito ng ating moral na responsibilidad sa iba na tulungan silang mapabuti ang .kanilang mga kalagayan sa pananalapi at pamumuhay

* * *

Protektado ako sa likod ng aking malinis na konsensya.

Sinunog ko na ang madilim na nakaraan at ang ngayon na .lang ang inaalala ko

* * *

Ngayon ay napagtanto ko na ako ay kaisa ng liwanag ng pinakadakilang kabutihan at ako ay isang tanglaw para sa mga taong nakikipaglaban sa mga alon ng dagat ng .kalungkutan

* * *

Iba-iba ang pananaw at teorya ng mga tao tungkol sa tagumpay, depende sa kanilang mga ambisyon sa buhay. Hindi bihira na marinig ang ilang tao na inihahalintulad ang tagumpay sa pagnanakaw, na sinasabi ang mga bagay tulad ng, "Isa siyang matagumpay na magnanakaw!" Binibigyang-diin nito na ang tagumpay sa lahat ng anyo at uri nito ay kanais-nais at hinahangad. Gayunpaman, ang ating .tagumpay ay hindi dapat makapinsala sa iba Mayroon ding isa pang pamantayan para sa tagumpay: kapag nakakamit natin ang maayos at kapaki-pakinabang na mga resulta para sa ating sarili, dapat din nating isama ang

iba sa ating tagumpay at ibahagi ang mga bunga nito sa
.kanila

Ang tagumpay ay nangangahulugang kasiyahan at
kasiyahan ng isang tao sa loob ng kanilang kapaligiran. Ang
tunay na tagumpay ay bunga ng mga kilos na nakabatay sa
mga prinsipyo ng katuwiran, at saklaw nito ang kaligayahan
at kagalingan ng iba bilang mahalagang bahagi ng sariling
kaligayahan. Kung ilalapat natin ang prinsipyong ito sa ating
materyal, intelektwal, moral, at espirituwal na buhay,
magkakaroon tayo ng kumpleto at komprehensibong
.kahulugan ng tagumpay

* * *

Dito sa limitadong mundong ito, nauunawaan natin ang
haba, lapad, at densidad, ngunit may isa pang antas kung
saan walang mga dimensyon; lahat ay malinaw at malinaw—
lahat ay kamalayan at persepsyon. Ang panlasa ay
persepsyon, gayundin ang pang-amoy. Ang ating mga
damdamin, kaisipan, at katawan ay mga estado ng
kamalayan. Tulad ng ating nakikita, naririnig, naaamoy,
nalalasaan, at nahahawakan sa mga panaginip, gayundin,
sa mas mataas na antas na iyon, nararanasan natin ang
lahat ng mga sensasyong ito sa pamamagitan ng purong
.kamalayan

* * *

O Panginoon, pasayahin Mo kami sa pamamagitan ng
pagdama sa Iyong kalapitan, palayain Mo kami mula sa mga
tanikala ng mga pagnanasa, at bigyan Mo kami ng panloob
na kagalakan na hindi naaapektuhan ng mga karanasan sa
.buhay at ng mga nagbabagong pangyayari nito

* * *

Kapag ang ating mga isipan ay naaayon sa mas
matataas na pananaw, ang espirituwal na kamalayan ay
nagigising sa loob natin at nararanasan natin ang mga
kamangha-manghang kababalaghan ng banal na
.karunungan at pag-ibig

* * *

Kung lubos nating mamahalin ang Diyos at babalik sa
Kanya nang buong puso at isipan, madarama natin na
malapit tayo sa Kanya at matutuklasan natin na Siya ang
.pinakadakilang kanlungan ng seguridad sa buhay

* * *

Sa tila walang laman at malawak na kalawakan ng
kalawakan, mayroong isang kosmikong koneksyon at isang
buhay na walang hanggan na nag-uugnay sa atin sa lahat ng
mga bagay na may buhay at walang buhay sa sansinukob—
isang alon ng kataas-taasang buhay na dumadaloy sa lahat
ng nilalang. Ang kawalang-hanggan ang ating tunay na
tahanan at permanenteng tahanan, at ang ating pag-iral sa
mga katawang ito ay pansamantala lamang, tulad ng isang
maikling pahinga para sa isang karaban na naglalakbay sa
.disyerto

* * *

Kapag iniayon natin ang ating mga sarili sa mga
malikhaing puwersa ng espiritu, makakakonekta tayo sa
unibersal at walang hanggang kaisipan na may kakayahang
gumabay sa atin at lutasin ang ating mga problema, ang
malikhaing kapangyarihan ay dadaloy sa atin nang walang
patid mula sa pinakadakilang pinagmumulan ng ating
pagkatao, na magbibigay-daan sa atin upang makamit ang
malikhaing tagumpay sa anumang larangan ng ating
.aktibidad

* * *

Ang pag-ibig ay lumalago at yumayabong sa isang
kapaligirang puno ng tiwala, pagpaparaya, at paggalang sa
isa't isa

* * *

Pagpalain mo kami, O Panginoon, ng liwanag ng mga
dalisay na kaisipan at mabubuting gawi, upang kung ang
kadiliman ng masasamang gawi at lihis na mga kaisipan ay
lumapit sa amin, ito ay agad na mapawi. At tulungan mo

kaming mahalín Ka nang may napakalalim na pag-ibig na hindi kami mabibitag o mabihag ng mga materyal na ilusyon .o makamundong mga tukso ang aming mga isipan at puso

* * *

Ang mga bagay na madaling makuha ay bihirang mahalaga. Alam natin ito mula sa pag-aaral ng buhay ng mga dakilang lalaki at babae at kung paano sila naging dakila sa pamamagitan ng pagpapaunlad ng kanilang mga talento, pagtupad sa kanilang mga tungkulin, pagbuo ng kanilang mga moral na pagpapahalaga, malalim na pag-aaral, at pag-iwas sa pagkamakasarili. Ang mga resultang kanilang nakamit at ang mga tagumpay na kanilang nakamit ay hindi masukat na mas malaki kaysa sa mga pagsisikap na .kanilang ginawa

* * *

Ang tunay na kalayaan ay nakasalalay sa kalayaan sa pagpili na ginagabayan ng karunungan at sinusupportahan ng .pang-unawa, kawastuhan, at matatag na kalooban

* * *

Kapag ginising mo ang iyong kalooban, determinasyon, at malay na pag-unawa, ang mga hindi nakikitang puwersa ay pinakakawalan mula sa mas mataas na kamalayan—sa pamamagitan ng pananaw ng kaluluwa—upang tulungan ka at liwanagan ang mga landas na patungo sa sikolohikal na .ginhawa at kaligayahan, sa tulong ng Diyos

* * *

Dapat buksan ng isang tao ang mga daluyan ng kaluluwa sa pamamagitan ng sarili niyang pagsisikap.

Walang sinuman ang kusang pipili ng pagdurusa at paghihirap kaysa sa kapayapaan at kaligayahan. Ang kamangmangan ang ugat ng pagdurusa at ang balakid na dapat alisin at alisin. Ang kamangmangan ay isang mapaminsalang damo, malalim ang pagkakaugat, na tumutubo sa hardin ng sangkatauhan, na sumisipsip sa mabubuti at kapaki-pakinabang na mga halaman. Ang

kamangmangan ay dapat malampasan nang may matibay
na kalooban at matatag na determinasyon. Ang lupa ng
isipan ay dapat bungkalin nang may tumpak na pokus ng
isip [sa positibo] at ang mabubuting buto ay dinidiligan ng
tubig ng pananampalataya. Kapag ang mahalaga at mainit
na sinag ng pag-ibig ay sumikat, ang binhi ng kabutihan ay
lalago at dadaig sa mga parasitikong damo at damo, dahil
ang kadiliman ay hindi maaaring umiral sa presensya ng
.liwanag

* * *

Ang mga kasiyahan ng mga materyal na bagay ay
kumukupas at nawawala, ngunit ang banal na kagalakan ay
hindi kailanman kumukupas. Ito ay isang banal na
.kaligayahan na walang hanggan at hindi mailalarawan

* * *

Hindi tayo dapat gumamit ng mga maling pamamaraan
upang makamit ang kaligayahan, ni hindi natin dapat
talikuran ang kapayapaan at espirituwal na kayamanan na
taglay natin sa paghahangad ng mapanlinlang na
kaginhawahan at isang kumikinang na buhay na maaaring
nakasabit sa atin ng mga mala-impyernong kilos at pag-
.uugali na may mapaminsalang epekto

* * *

Ang katahimikan ang pinakamahusay na kamera para
makuha ang banal na presensya. Sa pamamagitan ng lente
ng dalisay at tumpak na nakapokus na katahimikan, ang
pinagpalang imahe ay lilitaw nang may perpektong
.kalinawan

* * *

Sa katunayan, ang lahat ng karunungan ay nasa loob
mo at ang kailangan mo lang ay maging malay dito

* * *

Ang kasiyahan ay nakasalalay sa pagpapabuti ng sarili,
kung kaya't ang iba ay hahanapin ka sa halip na ikaw ang
maghanap sa kanila. Ang pagmamahal at pagkakaibigan ay

dapat ibigay nang walang inaasahan o hinihinging kapalit,
dahil ang inaasahan ay nagbubunga ng sama ng loob at
kapaitan. Kahit na nagsusumikap para sa pagpapabuti ng
sarili, ang isa ay dapat na manindigan nang mag-isa, ligtas
at payapa sa loob ng kuta ng sariling mga birtud at
.pagpapahalaga sa sarili

* * *

Nawa'y ang mga talon ng kagalakan at optimismo ay
laging dumaloy mula sa aking puso, at nawa'y ang kanilang
nakakapreskong timpla ay dumampi sa lahat ng aking
makakasalamuha

* * *

Ang espirituwal na kagalakan ay lumilikha sa kaluluwa
ng pagnanais na tumulong sa iba sa lahat ng paraan, at
nagpapaunlad ng kakayahang pahalagahan ang pinong
moral na kasiyahan na humahantong sa kaligayahan, sa
gayon ay binabawasan ang pagkahilig sa mga bastos na
.kasiyahan

* * *

Gaano man kaliit ang iyong papel, nananatili itong
kasinghalaga ng mga pinakadakilang papel sa usapin ng
pag-aambag sa tagumpay ng kosmikong dula na
.ginagampanan ng mga kaluluwa sa entablado ng buhay

* * *

Ang unibersal na kamalayan ay isang ganap, walang
katapusang kamalayan, patuloy na binabago ang sarili at
hindi mauubos sa pagkamalikhain nito, at sa pamamagitan
mo ay sinusubukan nitong ipahayag ang isang natatanging
.aspeto ng sarili nito

* * *

Kahit minsan lang matikman mo ang banal na pag-ibig,
hindi mo ito susukuan dahil wala nang katulad nito sa buong
.sansinukob

* * *

Ang mga nakakakilala sa Diyos ay umabot na sa napakataas na antas ng espirituwalidad, kung kaya't hindi sila nasisiyahan sa pagbibigay lamang ng espirituwal na payo sa mga makasalanan, kundi maaari nilang – sa pamamagitan ng biyaya at tulong ng Diyos – na bigyan sila ng espirituwal na kapangyarihan na nagpapalaya sa kanila mula sa mga bunga ng kanilang mga makasalanang gawa

* * *

Ang lahat ng mabuti at masamang kilos ay nananatili sa loob ng mga selula ng utak at nagpapakita ng sarili bilang mga mabubuti o masasamang gawi o tendensiya sa pag-iisip. Ang isang taong dumaranas ng mga hindi malusog na gawi dahil ang kanilang mga selula ng utak ay sinisingil ng kapangyarihan ng mga gawi na iyon ay maaaring palayain ang kanilang sarili sa pamamagitan ng paghahangad, pagmumuni-muni, taos-pusong panalangin, at patuloy na positibong pagpapatibay hanggang sa ang lahat ng kanilang hindi kanais-nais na mga gawi ay mabago tungo sa mga mabubuting gawi ng kapayapaan at katahimikan. Nangyayari ito kapag ang wastong nakagabay na puwersa ng buhay ay kumikilos upang baguhin ang abnormal na katangian ng mga selula ng utak, upang ang mga selulang iyon ay mapuno ng lahat ng mabuti, mabubuti, at maganda

* * *

Ang pag-unawa ay ang panloob na mata, ang paningin ng kaluluwa, at ang teleskopyo ng puso. Ito ang balanse sa pagitan ng kahinahunan ng isip at kadalisayan ng konsensya

* * *

Araw-araw ay nakakakita tayo ng iba't ibang eksena, at bawat araw ay may dala itong bagong aral na matututunan. Inaasahan na matututo ang isang tao ng aral sa pamamagitan ng pagtuon sa sukdulang layunin ng kanyang pag-iral: ang pagkilala sa pinagmumulan ng kanyang pagkatao at sa pundasyon ng kanyang buhay

Pagsikapan nating kalimutan ang mga kalungkutan ng
nakaraan at magpasiyang huwag nang alalahanin pa ang
mga ito. Taglay ang matibay na determinasyon at aktibong
kalooban, ating panibaguhin ang ating mga buhay,
pagbutihin ang ating mga tagumpay, at linangin sa ating
sarili ang mabubuting gawi at marangal na katangian
Ang Diyos ang aking kalakasan at hindi ako naniniwala
sa iba pang kalakasan

Lumaban sa mga laban sa buhay at magtiyaga
hanggang dulo, huwag sumuko. Huwag mong sabihing,
"Hindi ko mahanap ang landas, kaya titigil na ako sa
pagsubok." Humingi ng gabay kung nagkamali ka, ngunit
huwag tumigil sa pagsubok. Marami ang tumatanggap ng
pagkatalo kapag nahaharap sa mga balakid. Ang mga
nabibigo ay dapat makisama sa mga matagumpay na tao,
hindi sa mga bigo. Maging determinado na magtagumpay;
hayaan mong iyon ang maging pilosopiya mo sa buhay
Araw-araw, dapat nating palakasin ang ating pisikal na
lakas, dagdagan ang ating mental na lakas, at kilalanin ang
ating tunay na sarili sa pamamagitan ng pagmumuni-muni,
matinong pag-iisip, at positibo at produktibong gawain na
magkakasamang makikinabang sa katawan, isip, at espiritu
Kapag gusto mong magtatag ng isang mabuting ugali o
putulin ang isang masamang ugali, ituon ang pansin sa mga
selula ng utak kung saan matatagpuan ang mga mekanismo
ng iba't ibang gawi. Upang magtatag ng isang mabuting
ugali, umupo muna nang tahimik at magnilay-nilay, humingi
ng banal na patnubay
Ituon ang iyong isip sa sentro ng lakas ng loob sa iyong
noo, sa pagitan ng iyong mga kilay, at matatag na
pagtibayin ang ugali na gusto mong ikintal sa iyong utak.
Kapag gusto mong alisin ang masasamang gawi, ituon din
ang iyong atensyon sa sentro ng lakas ng loob at matatag na
pagtibayin na ang lahat ng mga ugat kung saan nakaugat
ang mga gawi na iyon ay nabubura na

Sa pamamagitan ng pokus at lakas ng loob, mabubura
mo kahit ang malalalim na gusot ng nakaugat na mga
.lumang gawi

Paulit-ulit na pagtibayin sa iyong sarili na mayroon kang
lakas ng loob na alisin ang mga hindi malusog na gawi sa
iyong utak. Ang pinakamagandang oras para sa
pagpapatibay na ito ay maagang umaga kapag ang iyong
lakas ng loob at pokus ay nasa kanilang tugatog. Patuloy na
pagtibayin sa iyong sarili na malaya ka na sa lahat ng utos,
at balang araw ay matutuklasan mo—sa tulong ng Diyos—na
tunay mo nang napalaya ang iyong sarili mula sa bisyo na
.nais mong itigil

Anuman ang iyong kinatatakutan, alisin mo ito sa iyong
mga iniisip at ipaubaya ito sa Diyos. Palakasin ang iyong
pananampalataya sa Diyos at magtiwala na kaya ka Niyang
tulungan, at alamin na ang maraming pagdurusa ay
.nagmumula sa pag-aalala at pagkabalisa

Bakit ka pa magdurusa ngayon kung ang bagay na
iyong kinatatakutan ay hindi pa nangyayari? Dahil
karamihan sa ating mga kaguluhan ay nagmumula sa takot,
kung aalisin natin ang takot sa ating buhay, makakaramdam
.tayo ng kalayaan at ang paggaling ay agad na magaganap

Tuwing gabi, bago ka matulog, tiyakin sa iyong sarili na
ang Diyos ay kasama mo, pinoprotektahan at binabantayan
ka. Isipin ang Kanyang nagpoprotektang liwanag na
nakapalibot sa iyo mula sa lahat ng panig, at
mararamdaman mo ang Kanyang kamangha-manghang
.proteksyon

Sa kosmikong dulang ito, ginagampanan ng mga tao ng
.lahat ng lahi ang drama ng buhay sa entablado ng panahon
Dapat nating maunawaan ang kahulugan ng buhay
nang hindi labis na nagiging abala o labis na nakatuon sa

ating mga pansamantalang tungkulin. Ang ating pag-unawa sa buhay ay kadalasang napipilipit at naliligaw dahil tinitingnan natin ito sa pamamagitan ng mga mata ng pagkamakasariili at limitadong pananaw; kung titingnan natin gamit ang mga mata ng espiritu, makikita natin ang mga bagay-bagay mula sa isang ganap na kakaibang .pananaw

Kapag binuksan natin ang mata ng karunungan, nakikita natin ang sumasaklaw sa lahat ng liwanag ng Diyos, at sa liwanag na iyon ay nakikita natin ang ating espirituwal na kalikasan, na isang repleksyon ng kalikasan ng pangkalahatang kamalayan na tumatagos sa lahat ng mga .partikulo at bahagi ng sansinukob

Ang mga espirituwal na katotohanan ay nakapalibot sa atin, kumakatok sa mga pinto ng ating nakapikit na mga mata, hinihimok tayong makita ang liwanag sa halip na kadiliman, kumilos nang may karunungan sa halip na kamangmangan, punuin ang ating mga puso ng pagmamahal sa halip na poot, at makipagtulungan sa pagtatatag ng kapayapaan at pagdadala ng kasaganaan at seguridad sa ating mundo. Kapag ginawa natin ito, ang kamangmangan ay maglalaho, ang mga pagkakaiba sa mundo ay maglalaho, makakakita tayo ng pagkakaisa sa pagkakaiba-iba, at tayo ay magiging mas naaayon sa banal .na kalooban

Ang ating relasyon sa Diyos ay hindi isang malamig o walang pagmamahal, tulad ng sa pagitan ng isang amo at isang empleyado. Tayo ay Kanyang mga anak, at ang Kanyang pangangalaga sa atin ay palagi; Nakikinig Siya sa atin palagi. Tayo ay mahalagang bahagi ng Kanyang pagkatao, at ang ating relasyon sa Kanya ay buhay at masigla. Pinagkalooban Niya tayo ng hindi mauubos na kayamanan ng pagmamahal, pang-unawa, pananaw, mabuting kalooban, at espirituwal na lakas, ngunit .karamihan sa atin ay nilustay ang kayamananang ito sa wala

Nais ng Diyos na mamuhay tayo nang may seguridad,
kapayapaan, at palakaibigang pagtutulungan, gaya ng
nararapat sa mga miyembro ng isang marangal at
mapagmahal na pamilya, ngunit ang kasakiman at
makasariling mga kalkulasyon ay umusbong at nag-ugat sa
kaluluwa ng mga tao at nagdulot ng pagkakawatak-watak sa
.pamilya

Nais ng Diyos na tayo ay maging mga panginoon, ngunit
pinili nating maging mga alipin. Ang sangkatauhan ay
naligaw nang malayo mula sa kanyang makalangit na
tahanan at nawala ang panloob na paraiso ng pakiramdam
na malapit sa Diyos at ang Diyos na malapit sa atin, at hindi
nito mababawi ang paraisong iyon nang walang personal na
pagsisikap na nilikha tayo ng Diyos ayon sa Kanyang wangis,
.ngunit ang katotohanang ito ay nalimutan na natin

Sumuko na tayo sa ilusyon na ang ating kapalaran ay
kahirapan at ang ating kapalaran ay pagkalipol, at kailangan
nating punitin ang tabing ng ilusyon gamit ang punyal ng
karunungan upang makita ang maliwanag na katotohanan
.sa likod ng tabing

Biniyayaan ako ng Diyos ng kaligayahan sa
mahahabang taon ng aking buhay. Nakikita man ng mga tao
ang ngiti ng kasiyahan sa aking mukha o hindi, ang banal na
kagalakan ay laging kasama ko at hindi ako iniiwan. Ang
dakilang ilog ng kaligayahan ay patuloy na dumadaloy sa
ilalim ng buhanginan ng aking kamalayan at bumubulwak
bilang mga pinagpalang bukal na nagdidilig sa mga hardin
.ng aking buhay

Hindi kayang guluhin ng mga biglaang pagbabago sa
buhay ang aking kapayapaan, ni hindi kayang alisin ng multo
ng kamatayan ang espirituwal na kaligayahang aking
.nararamdaman

Mahirap gawing permanente at hindi mababago ang
kalagayang iyon, ngunit ang mga bunga ng espiritu na

ngayon ay tinatamasa ko at ibinabahagi ko sa iba ay sulit sa
.lahat ng pagsisikap na ibinuhos ko rito
Ako'y nag-iisip at kumikilos na ginagabayan ng banal na
espiritu. Ang pera ay hindi kailanman naging layunin ko sa
buhay, bagkus ay ang paglilingkod sa aking mga kapatid sa
sangkatauhan. Kaya naman, binuksan ng Diyos ang
maraming pinto ng kabutihan para sa akin upang
matustusan ang aking sarili at matupad ang aking misyon.
At sa tuwing kailangan ko ng tulong, agad itong ibinibigay ng
.Diyos

Ang tanging hangarin ko ay paglingkuran ka, at kaya
ako narito
Ang kapangyarihan ng Diyos ay gumagana rin sa inyong
buhay. Mararanasan ninyo mismo ang katotohanang ito
kapag lumakas ang inyong pananampalataya at napagtanto
ninyo na ang tunay na kayamanan ay hindi nagmumula sa
.materia na tagumpay kundi sa Makapangyarihan
Bawat sandaling ginugugol mo kasama ang Diyos ay
para sa iyong lubos na kapakinabangan, at lahat ng iyong
nagawa dahil sa pagmamahal at para mapalugdan ang Diyos
.ay isusulat para sa iyo sa talaan ng kawalang-hanggan
Magpahinga sa pag-iisa ng iyong malalim na pag-iisip at
tamasahin ang kapayapaang dumadaloy mula sa bukal ng
katahimikan

Kung maghahasik tayo ng mabubuting gawa, aani tayo
ng kagalakan at mga pagpapala, at kung maghahasik tayo
ng masasamang gawa, aani tayo ng iba't ibang uri at antas
.ng krisis at problema

Ang bawat mabuting gawa ay parang piko na ating
hinuhukay sa lupa ng kamalayan upang matuklasan ang
.bukal ng banal na kagalakan

Matutong sumisid sa dagat ng pagmumuni-muni at
paggalugad, maging ito man ay may kaugnayan sa
magagandang libro, paniniwala, problema, pilosopiya, o
panloob na kagalakan, kinikilala na ang ordinaryong

[mapagnilay-nilay] na pag-iisa ang kapalit ng tunay na
.kaligayahan

Bagama't ang buhay ay tila hindi mahuhulaan, pabago-
bago, at mahiwaga, puno ng mga pagdududa at lahat ng uri
ng problema at kaguluhan, nananatili tayo sa ilalim ng
patuloy na proteksyon ng Diyos. Hindi natin dapat palakihin
ang mga bagay-bagay o mawala ang ating kahinahunan sa
harap ng mga pangyayari, dahil kung hahayaan nating
madaig tayo ng takot, binibigyan natin ng kapangyarihan
ang kasamaan at pinalalalim ang mga ugat nito, na lumalaki
.at umuunlad sa lupa ng takot at pagkabalisa

Tanungin ang iyong sarili gabi-gabi: Gaano karaming
oras ang ginugol mo kasama ang Diyos, gaano karami ang
iyong pinagnilayan, gaano karami ang iyong nagawa, gaano
karami ang iyong nagawa para sa iba, at gaano mo
?nakontrol ang iyong mga pagnanasa

Hindi natin dapat asahan na makakatagpo tayo ng
pangmatagalang kaligayahan at kapayapaan sa mga
pagsubok sa buhay; sa halip, dapat nating hanapin at
tuklasin ang mga ito sa ating sarili. Kung gayon, anuman ang
ating mga karanasan, haharapin natin ang mga ito sa
parehong paraan ng panonood natin ng mga karanasan ng
.iba sa isang pelikula, masaya man o masakit

Maaaring gawing masasakit at miserableng pagsubok
ng isang tao ang lahat ng kanilang mga karanasan kung
hahayaan nilang gawin ito ng kanilang isipan. Maaaring
magtamasa sila ng mabuting kalusugan ngunit hindi nila
pinahahalagahan ang halaga nito. Ngunit kung sila ay
magkasakit, magpapakumbaba sila at pahahalagahan ang
biyaya ng kagalingan. Dapat nating kilalanin ang biyaya ng
Diyos at pasalamat Siya sa mga biyayang ipinagkakaloob
Niya sa atin nang hindi na hinihintay pa ang mga hindi
magandang pangyayari upang tayo ay magpasalamat at
.kilalanin ang Kanyang biyaya

Ang buhay ay dapat na isang timpla ng pagninilay at pagkilos. Kapag ang isang tao ay nawalan ng kanilang sikolohikal na balanse, sila ay nagiging mahina sa pagdagsa ng mga alalahanin, mga ulap ng kalungkutan, at mga kirot ng sakit. At kung susubukan nilang labagin ang mga batas ng kalusugan, kasaganaan, at karunungan, sila ay tiyak na .magdurusa sa sakit, kahirapan, at kamangmangan
Dapat nating panatilihing dalisay ang ating mga intensyon, malinis ang ating mga motibo, at kumilos sa paraang magdudulot sa atin ng kapayapaan ng isip, at huwag hayaang ang mga pangyayari sa buhay ay makagambala sa ating kapayapaan at makasira sa ating .kaligayahan

Ang mga pusong malungkot at mga wasak na kaisipan ay umaakit sa akin, gaano man sila kalayo
Palawakin ang mga hangganan ng iyong nagniningning na kaharian ng pag-ibig upang unti-unting maisama ang iyong pamilya, ang iyong mga kapitbahay, ang iyong komunidad, ang iyong bansa, at lahat ng may kamalayang .mga bansa at nilalang

Dapat din nating palakasin ang ating talino at tanggihan ang pasanin ng kahinaang intelektwal at moral na minana mula sa maraming taon at henerasyon. Ang mga karumihang ito ay dapat sunugin sa apoy ng panibagong determinasyon at produktibong pagkilos. Sa pamamagitan ng nakabubuo na pamamaraang ito, ang tunay na nakatuong indibidwal ay maaaring maabot ang abot-tanaw .ng kalayaan at kalayaan

Paganahin ang walang hanggang kapangyarihan sa loob mo upang magampanan mo ang iyong prestihiyosong papel sa entablado ng buhay

Sa sandaling magsimulang sumamba ang isang tao sa mga ari-arian, pera, katanyagan, o anumang bagay bukod sa

Diyos, ang kalungkutan ang kanilang mararanasan. Ang mga taong nakatuon ang lahat ng kanilang atensyon sa mga bagay na ito ay sa katotohanan ay sumasamba sa mga ito, at samakatuwid ay hindi sila lumalapit sa Diyos kundi sa halip ay lumalayo sa Kanya. Ngunit ang mga nagninilay-nilay sa Diyos, nagmumuni-muni sa Kanya, at nakikipag-ugnayan sa Kanya sa kanilang mga puso ay lumalapit sa Kanya at nakakaranas ng panloob na kagalakan sa kanilang tahimik .na pakikipag-ugnayan sa Kanya

Ang Diyos lamang ang may kakayahang tuparin ang mga pangarap at pag-asa ng tao para sa pangmatagalang kaligayahan. Kaya naman, walang dapat hayaang pumalit sa .lugar ng Diyos sa puso

May mga sagradong simbolo na maaaring makatulong sa naghahanap na maalala ang Diyos at mapalapit sa Kanya.

Gayunpaman, kung ang isang tao ay magsisimulang sumamba sa mga simbolong ito, ang kanilang pinsala ay mas malaki kaysa sa kanilang benepisyo. Ang pagsamba ay dapat na idirekta lamang sa Diyos, dahil wala nang iba pang .karapat-dapat sambahin

Anuman ang uri ng ritwalistikong pagsamba, ito ay katanggap-tanggap sa Diyos hangga't isinasagawa ito ng sumasamba nang may espirituwal na kamalayan at pananabik sa Kanya. Gayunpaman, maraming tao ang hindi nakakaunawa sa diwa ng pagsamba, at ang kanilang mga iniisip at puso ay nalilihis mula sa Diyos patungo sa mga ritwal, kaya hindi gaanong nakikinabang sa kanilang .pagsamba

Hindi hinahayaan ng mga tunay na mananamba na ang kanilang kamalayan ay makulong sa anumang imahen o anyo, kundi nakatuon sila nang may pinakamalalim na pagmamahal at buong atensyon sa banal na espiritu sa likod .ng lahat ng imahen at anyo

Ang Diyos ay ganap at walang hanggan, at walang imahe o estatwa ang makapagpapatibay sa Kanya

Masasabing ang Diyos ay nagpapakita ng kanyang sarili sa bawat taong taos-pusong nagmamahal sa Kanya at nakikiisa sa Kanya, dahil Siya ay naroroon sa lahat ng dako at samakatuwid ay naroroon sa lahat. Gayunpaman, hindi lahat ay may kakayahang magpakita ng banal na presensya.

Ang araw ay pantay na sumisikat sa parehong karbon at diyamante, ngunit ang diyamante ay tumatanggap at ...sumasalamain sa sikat ng araw, habang ang karbon ay hindi Gayundin, lahat ng tao ay nalubog sa liwanag ng Diyos, ngunit iilan lamang ang nakakatanggap ng liwanag na iyon at naipapakita ito sa kanilang mga iniisip at kilos. Upang magawa ito, dapat nilang linisin ang kanilang mga sarili sa pamamagitan ng pagmumuni-muni at pagsunod sa mga .banal na turo at utos

Kapag binibigkas natin ang pangalan ng Diyos, dapat tayong maging malalim at taos-puso sa ating sinasabi. Kung makikita mo ang iniisip ng mga tao habang nananalangin, makikita mo na karamihan ay iniisip ang lahat maliban sa Diyos, kahit na binibigkas nila ang Kanyang pangalan! Ang .ganitong panalangin ay walang bunga at walang saysay

Kapag tayo ay nananalangin, dapat nating sikaping ituon ang ating buong isipan sa Diyos, sa halip na paulit-ulit lamang ang Kanyang banal na pangalan habang hinahayaang gumala ang ating mga iniisip. Isa sa aking mga tiyahin ay madalas na binibigkas ang kanyang mga panalangin sa mga prayer beads, na bihirang matanggal sa kanyang kamay. Ngunit isang araw ay inamin niya sa akin na sa kabila ng pagsasagawa ng ganitong gawi sa panalangin sa loob ng apatnapung taon, hindi sinagot ng Diyos ang kanyang mga panalangin. Hindi nakakapagtaka! Ang kanyang mga "panalangin" ay wala kundi isang ugali ng .nerbiyos

Kapag tayo ay nananalangin, wala tayong dapat isipin kundi ang Diyos. Dapat nating sikaping maging taos-puso sa ating pagsamba at maging deboto sa ating mga

pagsusumamo. Ang paggamit ng mga prayer beads at patuloy na pagtawag sa pangalan ng Diyos ay lubos na katanggap-tanggap kapag ang gawain ay nagmumula sa puso at sinusupportahan ng katapatan at nakatutok na pag-iisip. Gayunpaman, ang gawaing ito ay maaaring maging .awtomatiko sa paglipas ng panahon

Dapat nating ibulong ang pangalan ng Diyos sa ating mga puso, nang may pananabik at banal na pag-ibig; ito ang tunay na pagsamba na umaantig sa puso ng Diyos. Ang pagbigkas ng pangalan ng Diyos nang may lamig at paggalagala ay kalapastanganan at kawalang-galang. Kapag ang isang tao ay nananalangin, ang puso at isipan ay dapat .mapuno ng pag-ibig ng Diyos

O Panginoon, Ikaw ang banal na Bituin sa Hilaga na siyang gumagabay sa aking mga pagala-gala sa magulong .dagat ng mga pagsubok at paghihirap

Ang pagsasanay sa konsentrasyon ng isip sa pamamagitan ng mas mataas na ehersisyo sa yoga ay nakakatulong upang mapalapit sa Diyos, ang sukdulang pinagmumulan ng kaluwalhatian at karilagan, tulad ng pagtulong nito na mag-isip tungkol sa Diyos at makipag- .ugnayan sa Kanya

Mahalagang maglaan ng isang araw sa isang linggo para sa espirituwal na pagreretiro (kung maaari) para sa pagmumuni-muni sa Diyos at upang maranasan ang katahimikan, kapayapaan, at panloob na kapayapaan. Ang oras na ginugol sa ganitong paraan ay magiging isang nakapapawi na balsamo para sa mga problema at pagkabalisa na iyong kinakaharap sa natitirang bahagi ng .linggo

Kailangang gumugol ang bawat isa ng isang araw bawat linggo sa pag-iisa o isang "espirituwal na pag-urong" upang pagalingin ang kanilang mga emosyonal na sugat at kirot. Kapag ang araw na iyon ay naging araw ng kapayapaan,

kagalakan, at kasiyahan, sabik mo itong hihintayin linggo-
.linggo

Ang pag-iisa ang halaga ng kadakilaan. Magugulat ka sa
mga kahanga-hangang resulta na makakamit para sa iyong
isip, katawan, at kaluluwa sa pamamagitan ng espirituwal na
pag-urong na ito at koneksyon sa iyong espiritu at sa Diyos.
Kung hinahangad mo ang tunay na kaligayahan, dapat mong
ilubog ang iyong sarili sa karagatan ng banal na kapayapaan
.sa madaling araw pagkagising, at bago rin matulog sa gabi

Ang mga pantas ng India ay hindi lamang nagpapayo ng
isang araw ng pag-iisa, kundi binibigyang-diin din ang
pangangailangan para sa tahimik na pagmumuni-muni sa
apat na partikular na oras bawat araw. Sa madaling araw,
bago bumangon at makipagkita sa kahit sino, dapat
tamasahin ang katahimikan at kapayapaan. Sa tanghali,
dapat pakalmahin ang isip bago mananghalian, at muling
tamasahin ang isang panahon ng kapayapaan bago
maghapunan. Panghuli, bago matulog sa gabi, dapat muling
.pumasok sa isang estado ng kapayapaan

Ang mga masigasig na nananatiling tahimik habang
nag-iisa at sa apat na araw na ito ay tiyak na makakaranas
ng pagkakaisa sa Diyos. Ang mga hindi kayang sundin ang
lahat ng mga panahong ito ay dapat maglaan ng kahit man
lang oras ng umaga at gabi para dito. Sa paggawa nito, ang
kanilang buhay ay mababago para sa ikabubuti, at
mararanasan nila ang tunay na kaligayahan; ang karanasan
.ang pinakamahusay na patunay

Kung patuloy kang magsusulat at pipirma ng mga tseke
nang hindi nagdedeposito ng sapat na pondo para
matustusan ang iyong bank account, mauubos ang iyong
pera. Ganito rin ang mangyayari sa iyong buhay. Kung
walang regular na pagdedeposito ng kapayapaan sa iyong
life account, mauubos ang iyong enerhiya, maglalaho ang
iyong katahimikan, at maglalaho ang iyong kaligayahan. Sa
madaling salita, sa kalaunan ay magdurusa ka sa

emosyonal, mental, pisikal, at espirituwal na pagkabangkarote. Ngunit ang malalim at pang-araw-araw na pagmumuni-muni sa Diyos ay magpapanumbalik sa iyong .emosyonal na account

Ang taimtim na naghahanap ay nagmumuni-muni araw-araw, nakikipag-ugnayan sa Diyos nang may buong pagmamahal at pananabik sa kanyang puso, nagsusumamo sa Kanya na ihayag ang Kanyang sarili. Kung ikaw ay isang umiibig sa Diyos at nananabik na maranasan ang Kanyang presensya, dapat mong ilubog ang iyong isip at katawan sa Kanyang kapayapaan, at ang buhay ay ngingiti sa iyo, at ang .iyong mga gawain ay bubuti sa maraming paraan

Ang isang mahinahong tao ay bihirang magkamali, at nagtatagumpay kung saan libu-libong iba pa ang nabibigo

Ang mga hindi nag-iisip tungkol sa Diyos o nagmamalasakit sa Kanya ay nagiging nalulumbay at miserable. Sila ay nagiging magagalitin at nagiging parang .mga makinang naglalakad

Ang araw ng karunungan at kapayapaan ay sisikat sa kalangitan ng katahimikan at paliligoin ang iyong pagkatao sa mga nakapagpapagaling na sinag nito hangga't gumagawa ka ng espirituwal na pagsisikap at inuuna ang .Diyos sa iyong puso

Isang buwan ang nagniningning nang mas maliwanag kaysa sa pinagsamang lahat ng mga bituin. Ang araw, na tila maliit, ay nagtataboy ng kadiliman mula sa isang lugar na milyun-milyong beses na mas malaki kaysa sa sarili nito. Gayundin, ang isang mabuting tao, sa pamamagitan lamang ng pag-iral sa mundo, ay naglalabas ng mga vibration na sumasalungat at nagpapawalang-bisa sa napakaraming .vibrations na inilalabas ng masasamang tao

Ang isang araw ng pagmumuni-muni ay dapat ding maging isang araw ng mental at pisikal na pahinga at ang paglinang ng panloob na kapayapaan. Anumang aktibidad

na nagbubunga ng karunungan at kapayapaan ay isang
.pinagpalang aktibidad sa araw na iyon
Tungkol naman sa paggalang sa mga magulang,
inirerekomenda ng mga banal na aklat ang mabuting
pakikitungo sa kanila: “Igalang mo ang iyong ama at ina” at
”“Maging mabait ka sa mga magulang
Dapat igalang ang mga magulang bilang kinatawan ng
Diyos, na nagkaloob sa kanila ng kaloob na lumikha sa
sangkatauhan. Ang ina ang sagisag ng dalisay na pag-ibig
ng Diyos, sapagkat ang isang mapagmahal na ina ay
nagpapatawad kung saan walang ibang magpapatawad. Ang
ama ang pagpapakita ng karunungan ng Diyos at ang
.tagapagtanggol ng Kanyang mga anak
Hindi dapat mahalin ng isang tao ang kanyang ama at
ina nang hiwalay sa Diyos, kundi bilang pagpapahayag ng
Kanyang mapagkalinga at matalinong pagmamahal, ang
kataas-taasang banal na espiritu ay nagiging ama at ina
upang tulungan ang anak; samakatuwid, dapat itong igalang
.sa mga magulang

Pinapayuhan din tayo ng mga banal na kasulatan na
huwag pumatay para lang pumatay, dahil kung gayon ang
isa ay magiging mamamatay-tao. Hindi dapat kumitil ng
buhay ang isang tao sa isang sandali ng matinding emosyon.
Gayunpaman, kung ang mga mahal sa buhay ay
pinagbabantaan, dapat lumaban ang isang tao upang
protektahan ang mga ipinagkatiwala ng Diyos sa kanila,
dahil isang sagradong tungkulin ang ipagtanggol ang
.pamilya at bansa

Tungkol sa pagbabawal sa pangangalunya, ang mainam
na layunin ng sekswal na pagsasama ay ang paglikha ng
mga batang nilikha ayon sa wangis ng Diyos at ang
pagpapahayag ng dalisay na pag-ibig na nararamdaman ng
mga mag-asawa na nakikita ang Diyos sa isa't isa. Ang mga
nabubuhay lamang sa pisikal na antas, nang walang
pagsasaalang-alang sa tunay na pag-ibig o sa mas mataas

na layunin kung bakit nilikha ang sekswal na pagnanasa, ay nangangalunya ayon sa utos na ito. Sa kasong ito, hindi sila naiiba sa mga hayop na nagbibigay-kasiyahan sa kanilang mga sekswal na pagnanasa at pagkatapos ay nagpapatuloy .sa kanilang landas

Nilikha ng Diyos ang malikhaing hangaring ito sa mga kalalakihan at kababaihan upang magkaanak at magpahayag ng tunay na pagmamahalan sa buhay may-asawa, at hindi ito dapat gamitin nang mali, bagkus ay .baguhin ito bilang isang sagradong gawain at kaalaman Kung kaya mong kontrolin at ipamahagi ang kapangyarihang sekswal sa iyong pagkatao, makakabuo ka ng mahusay na mga kakayahan sa pag-iisip para sa pagsusulat, pagguhit, o para sa pagbubunyag ng mga nakatagong talento sa hindi mabilang na iba pang mga .paraan

At kapag sa wakas ay nakontrol mo na at espirituwal na nabago ang iyong malikhaing aktibidad, makakaranas ka ng malaking kapayapaan, dakilang pagmamahal, at lumalaking .espirituwal na kagalakan

Ang mga santo at mga pinunong espirituwal na nakapagpabago ng kanilang sekswal na aktibidad ay mga higitang may kakayahang magsagawa ng mga kamanghamangha at kahanga-hangang gawa sa mundo at sa .esoterikong paghahanap ng katotohanan

Kaya naman, ang pinakamataas na gamit ng sekswal na pagnanasa ay upang itaas ang kapangyarihan nito, ibig sabihin, upang idirekta ang enerhiya nito patungo sa isang mas mataas na layunin upang maipakita ang karunungan, matatayog na mithiin, at mga espirituwal na prinsipyo. Hindi dapat magtamo ng kasiyahan mula sa mga sekswal na kaisipan o magnais ng mga ipinagbabawal. Kapag nakamit ang ganitong uri ng pagpipigil sa sarili, magkakaroon ng maayos na pananaw ang isang tao sa pakikipagtalik at sa .mas mataas na layunin nito

Ang pagiging alipin sa mga bagay na sekswal ay nangangahulugan ng pagkawala ng kalusugan, pagpipigil sa sarili, at kapayapaang intelektwal, at sa madaling salita, lahat ng elemento ng kaligayahan na kailangan ng isang tao.

Hinihimok din tayo ng mga banal na aklat na huwag magnakaw. Kung ang isang grupo ng isang libong tao ay magnakaw sa isa't isa, bawat isa ay magkakaroon ng 999 na kaaway. Samakatuwid, hindi dapat labagin ng isa ang mga karapatan ng iba, ni agawin ang kanilang lupain, kapayapaan, pag-ibig, dignidad, o alinman sa kanilang materyal o espirituwal na mga ari-arian. Kung hindi mo nararamdaman ang pagnanais na kunin ang hindi sa iyo, ang iyong kailangan o ninanais ay darating sa iyo. Ang pagnanakaw ay unang nagmumula sa isip kapag ang isang tao ay nagsimulang mainggit sa iba. Ang mga buto ng masasamang pagnanasa ay dapat bunutin mula sa isip. Ang espirituwal na altruismo ang paraan. Kung gayon, ang isang tao ay natural na makaakit ng kasaganaan, at ang mga pagpapala ay dadaloy sa kanila mula sa mga mapagkukunang alam nila at mga mapagkukunang hindi nila alam. Ito ay isang hindi nagkakamaling banal na batas. Para sa mga magnanakaw at makasariling tao, ginugugol nila ang kanilang buhay sa paghahabol sa mga materyal na ari-arian, ang kanilang mga mata ay palaging nasa kung ano ang mayroon ang iba, kahit na ang kanilang sariling kaban ay umaapaw sa ginto.

Maliban kung ang materyal na pagkamakasariili ay iiwan, hindi malalaman ng mundo ang kaligayahan.

Ang kaligayahan ay dumarating lamang sa pamamagitan ng espirituwal na kooperasyon. Dumarating ito kapag nararamdaman ng isang tao ang mga pangangailangan ng iba na parang sarili nila at gumagawa para sa iba tulad ng pagtatrabaho nila para sa kanilang sarili.

Ang isa pang mahalagang utos ay ang pag-iwas sa pagbibigay ng maling patotoo. Ang pananakit sa isang tao sa pamamagitan ng pagbaluktot sa katotohanan ay isa pang paraan upang masira ang pagkakasundo ng lipunan. Kung nais ng isang tao na tratuhin nang mabuti, dapat niyang tratuhin ang iba nang naaayon. Dapat palaging sabihin ang katotohanan, ngunit dapat gawin ang pagkakaiba sa pagitan ng pagsasabi ng katotohanan at pagsasabi lamang ng mga katotohanan. Ang pagtukoy sa isang tao bilang pilay o bulag ay nakakasakit at nakakapinsala; dapat isaalang-alang ng isang tao ang damdamin ng iba at iwasang mapahiya sila.

Gayundin, ang pagbubunyag ng isang katotohanan na magtataksil sa isang tao nang walang marangal na layunin ay mali rin. Sa kabilang banda, hindi dapat magsinungaling ang isang tao upang maiwasan ang pagsasabi ng katotohanan; sa halip, maaari siyang manatiling tahimik sa ilang mga sitwasyon upang maiwasan ang mapahiya o .makasakit sa iba

Dapat mag-ingat sa inggit, isang mapanirang sakit na sumisira sa kapayapaan ng kaluluwa. Habang lalo pang hinahangad ng isang tao ang pag-aari ng iba, lalo lamang lumalala ang kalungkutan at paghihirap. Ang taong mainggitin ay nabubuhay nang magulong, hindi kailanman nalalaman ang lasa ng katahimikan. Mas makabubuti para sa kanila na igalang ang kanilang sarili, umasa sa kanilang .sarili, at hanapin ang panloob na espirituwal na kayamanan. Ang dignidad at likas na halaga ng isang tao ay higit na dakila kaysa sa anumang bagay na maaari nilang ninanais o inaasam na angkinin. Ang Diyos ay nakikita sa bawat tao sa paraang hindi nakikita sa sinumang ibang tao. Ang kanilang mukha ay hindi katulad ng sa iba, at ang kanilang kaluluwa ay hindi katulad ng sa iba, sapagkat sa loob nila nakasalalay ang pinakadakilang kayamanan ng lahat ng nilikha—at ang .pinakadakilang kayamananang iyon ay ang Diyos

Nais naming magningning at umunlad ang aming buhay sa pamamagitan ng mabubuting gawa, maging mabango sa kagalakan at kaligayahan, at mabuhay magpakailanman sa .alaala ng mga taong nagpapahalaga sa amin

Kapag ang isang tao ay may tamang pananampalataya at kumikilos nang naaayon, siya ay mas masaya kaysa sa mga walang pananampalataya at hindi ginagampanan ang .kanilang mga tungkulin sa laban ng buhay

Ang matibay na pananampalataya at matuwid na pagkilos (na sinusupportahan ng mga marangal na motibo at mabubuting intensyon) ay laging naroroon saanman mayroong kaligayahan, at nawawala saanman wala ang kaligayahan. Mula rito, mahihinuha natin na ang mga ito ay dalawang mahahalagang kondisyon para sa kaligayahan, na hindi makakamit kung wala ang mga ito. Ang mga naghahangad ng kaligayahan ay kailangan lamang magtaglay ng dalawang pangunahing elementong ito, na .siyang mga pundasyon at haligi nito

Hindi kayang kontrolin, baguhin, o burahin ng mga tao ang walang katapusang mga bahagi ng sansinukob ayon sa gusto nila. Ang mga bahaging ito ay masalimuot na hinabi sa tela ng buhay ng tao, at hindi kayang gumana nang hiwalay sa mga ito. Gayunpaman, kayang kontrolin ng mga tao ang kanilang mga isipan upang umangkop sa mga bahaging ito .at maiwasan ang mapinsala ng mga ito

Mas masaya ang ating mga ninuno kaysa sa atin, hindi dahil mas marami silang taglay na makamundong bagay at kasiyahan kaysa sa atin ngayon, o dahil hindi sila gaanong nahaharap sa mga problema sa buhay, kundi dahil taglay nila ang sikolohikal na balanse na nagbigay sa kanila ng ginhawa, kapayapaan, kasiyahan, at sa madaling salita, .kaligayahan

Hindi sila umasa sa mga panlabas na pangyayari para sa kanilang kaligayahan, ni hindi sila sumuko sa mga panlabas na kalagayan na mag-aalis nito sa kanila. Ang kanilang mga damdamin ng ginhawa, kapayapaan, kaligayahan, at kasiyahan ay natural, normal, malusog, at pangmatagalan. Dapat din nating linangin ang mga damdaming ito kung nais nating magtaglay ng kaligayahan.
?At sino sa atin ang hindi

Ang kapalaran ay bunga ng nakaraang paggamit ng malayang pagpapasya o kalayaan sa pagpili. Sa pamamagitan ng ating mga nakaraang kasanayan sa malayang pagpapasya, tayo ang nagdala at patuloy na nagdadala sa ating sarili ng kapalaran at tadhana. Gayunpaman, hindi tayo nakatali sa nakaraan, ni hindi tayo habangbuhay na napipigilan ng mga bunga ng ating mga kilos. Maaari nating bawiin ang ating inihasik at burahin ang ating isinulat kung nais natin at magsisikap na itama ang .ating landas at pagbutihin ang kalidad ng ating ani Kung aalisin natin ang mga binhi ng mga kilos na may masasakit na bunga at itatanim sa lugar nito ang mga binhing mas angkop sa kalikasan ng kaluluwa, tiyak na aanihin natin ang mga bunga ng kaligayahan mula sa mabubuting binhing nahasik sa lupa ng kaluluwa. Dapat nating gamitin ang malayang pagpapasya ngayon, ngayon na, at hindi bukas, kung nais nating makamit ang higit na .kaligayahan o mabawasan ang pagdurusa at sakit Samakatuwid, ang mga kondisyon para sa kaligayahan ay nasa loob ng tao, at ang kailangan lang niyang gawin ay seryosong harapin ang ekwasyong iyon na hindi nagkakamali, at ang mga resulta ay magiging pabor sa kanya kung gagawin niya ang pinakamahusay na pagtatasa .at pagharap dito

O Panginoon, mapuno nawa ng Iyong sigla ang aking
pagkatao, ng Iyong puso ng Iyong nakaaaliw at mahabagin
na presensya, ng Iyong isipan ng Iyong karunungan, at ng
.Iyong kaluluwa ng Iyong banal na kamalayan
Sa lupa ng inyong mga puso, tumutubo ang mga buto
ng pag-ibig. Diligan ang mga butong iyon ng tubig ng
.pangkalahatang pag-ibig at pangkalahatang habag
Walang limitasyon ang kapangyarihan ng isip at dahil
dito, kung mag-iisip ka nang malalim tungkol sa anumang
paksa, makukuha mo ang sagot sa anumang tanong na may
.kaugnayan sa paksang iyon

Kung ang isang tao ay iniaalay ang lahat ng kanyang
trabaho at mga aktibidad sa paglilingkod sa iba at nagagawa
ang mga ito nang may kasiyahang pag-iisip, kung gayon siya
.ay tunay na karapat-dapat sa konsiderasyon at pasasalamat
Hindi tayo dapat maging isang panig lamang. Sa halip,
dapat nating balansehin ang ating mga gawain at unahin
ang ating trabaho at mga tungkulin, ayon sa kahalagahan ng
.bawat isa

Ang tungkulin ay ang kilos na ginagawa ng isang tao
nang may kagalakan at hindi para sa materyal na
pakinabang, at ang espirituwal at moral na tungkulin ay
.dapat unahin sa buhay

Ang bawat tao ay may hindi pa nagagamit na potensyal.

Taglay nila ang lahat ng kinakailangang kalakasan. Ang isip
mismo ay isang kataas-taasang kapangyarihan, at dapat
itong palayain mula sa mga luma at mahigpit na gawi at
.konsepto

Ang impluwensya ng mga planeta at bituin sa buhay ng
tao ay sanhi ng mga puwersa ng atraksyon at pagtataboy sa
.pagitan ng mga planeta at katawan ng tao

Ang masasamang kaisipan ay humahantong sa isang
tao sa isang mapaminsalang kapaligiran kung saan
maipapahayag nila ang kanilang mga sarili ayon sa kanilang
mga naisin. Gayunpaman, maaaring baguhin ng isang tao

ang kanilang mga iniisip at kamalayan sa pamamagitan ng paghahangad, at dahil dito, ang kanilang kapaligiran. Kung ang isang tao ay mananatili sa isang mapaminsalang kapaligiran sa loob ng mahabang panahon, ang kapaligirang iyon ay magsisimulang makaimpluwensya sa kanila nang hindi namamalayan. Sa paglipas ng panahon, tuluyan silang nawawalan ng kanilang kalayaan na pumili ng isang malusog at kapaki-pakinabang na kapaligiran at nagiging biktima ng mga negatibong impluwensya ng mapaminsalang kapaligirang iyon. Sa kabilang banda, ang mga may malakas .na paghahangad ay naaayon sa Diyos

Konsentradong enerhiya ng isip

Kapag itinuon mo ang sikat ng araw sa pamamagitan ng magnifying glass sa isang maliit na punto, lumilikha ito ng init, at ang init na iyon ay maaaring magningas ng kahoy, tela, papel, at marami pang iba. Gayundin, kapag itinuon mo ang iyong isip nang tumpak, ang konsentradong enerhiya nito ay maaaring sumunog sa mga ugat ng pagdududa sa likod ng bawat pagkabigo at hayaang sumikat nang .maliwanag ang liwanag ng karunungan

Kapag ang isip ay nakahanay sa Diyos, ang pinagmumulan ng lahat ng kabutihan at ang pinagmulan ng lahat ng pinagpalang kapangyarihan, nalalaman nito ang banal na presensya at taglay ang lahat ng elemento ng tagumpay. Ang mga elementong ito ay malapit na nauugnay sa napakalaking kapangyarihan ng Diyos, na may kakayahang lumikha ng mga bagong pagkakataon para sa .tagumpay sa anumang larangan

Ang mga problema at kahirapan ay nagmumula sa kawalan ng kamalayan ng isang tao sa kanilang mga nakaraang kilos, na nagawa sa isang partikular na oras at lugar. Ang kanilang kasalukuyang pagdurusang ay nagmumula

sa mga kaisipan at gawa na kanilang binigkas, na nag-ugat sa lupa ng kanilang kamalayan, sumibol at naging isang halaman at namumunga na sumasalamain sa mismong mga .katangian ng mga kaisipan at kilos na iyon

Ang mga pagsubok at paghihirap ay hindi dumarating upang sumira ng isang tao o paralisahin ang kanilang kalooban, kundi upang tulungan silang pahalagahan ang kadakilaan ng Diyos at igalang ang Kanyang mga batas, kung saan makakamit nila ang tunay na kaligayahan. Hindi ipinapadala ng Diyos ang malupit na mga pagsubok na ito dahil pangunahing gawa ng tao ang mga ito. Ang kailangan lamang sa sangkatauhan ay gisingin ang kamalayan nito mula sa pagkakatulog ng kawalang-ingat at lumabas mula sa kadiliman ng kamangmangan patungo sa liwanag ng .kaalaman

Kadalasan, ang ating mga pandama ay nangangako sa atin ng panandaliang kasiyahan ngunit sa huli ay nagdudulot sa atin ng matagal na sakit at pagdurusa. Gayunpaman, ang tunay na kabutihan at kaligayahan ay kakaunti ang ipinapangako, ngunit sa huli ay nagbibigay sa atin ng dalisay at pangmatagalang kagalakan. Kaya naman itinuturing kong tunay na kagalakan ang panloob at pangmatagalang kaligayahan, at ang pansamantalang senswal na kasiyahan .ay mga kasiyahan lamang

Kapag tiningnan mo ang araw mula sa milyun-milyong milya ang layo sa kalawakan, ang napakalaking bituin na iyon ay tila mas maliit kaysa sa ating Daigdig. Gayunpaman, ang diyametro ng Daigdig ay humigit-kumulang 7,900 milya, habang ang diyametro ng Araw ay isang daang beses na mas malaki kaysa sa Daigdig. Kung mailalagay mo ang ating planetang Daigdig nang direkta sa

harap ng Araw, ito ay lilitaw bilang isang maliit na tuldok
.kumpara sa Araw
Ipagpalagay natin na ang makapangyarihang solar field
ay lumalawak at lumalawak hanggang sa lamunin ng
napakalaking masa nito ang buong asul na kalangitan. Ang
langit na nakikita natin ay isang maliit na bahagi lamang, sa
katunayan ay isang maliit na batik, ng espasyo na
.tumatagos sa walang katapusang uniberso
Kahit na patuloy na lumawak at umaabot ang araw sa
kalawakan nang walang hanggan, hindi pa rin nito kayang
.saklawin ang kawalang-hanggan
Ang kosmikong ilusyon ng kaliitan at kawalang-hanggan
ay naglilimita at pumipigil sa isip na maunawaan ang
.kosmikong kalawakan na iyon
Saan nagmula ang ganap na kawalan na ito, at nasaan
?ang mga hangganan nito
Siya na hindi sakop ng mga dimensyon o sukat, na
walang hangganan o pinagmulan, ay ang Diyos, na nasa
lahat ng dako at umiiral sa pinakamalayong bahagi ng
kalawakan. Siya ay nasa malalayong, liblib na mga bituin.
Tulad ng pagkakaroon nito sa loob mo at sa loob ko, may
kamalayan ito sa bawat espasyong sinasakop nito, gaano
.man ito kaliit o kalaki

Ang nakaraan ay hindi alam ng karamihan sa
sangkatauhan, maliban sa ilang piling naliwanagang
indibidwal. Gayunpaman, ang ating kamangmangan sa
nakaraan ay para rin sa ating kapakinabangan. Sapagkat
kung alam natin ang lahat ng ating nagawa sa buhay na ito
at sa mga nakaraang buhay, tayo ay mabibighani sa dami ng
ating mga kilos at lubos na malilito. Ang ating kalooban ay
maaaring maparalisa pa ng pagkabigla, na magiging dahilan
upang hindi natin maipagpatuloy ang ating mga hangarin at

iwan tayong biktima ng kawalan ng pag-asa. Kahit sa buhay na ito sa lupa, ang pagkalimot ay isang biyaya mula sa Diyos, na pumipigil sa ating mga iniisip at damdamin na lamunin ng mga alaala ng nakaraan, lalo na ang mga mapait at masasakit. Sa kabutihang palad, ang banal na kislap sa loob natin ay patuloy na nagniningning ng pag-asa at pagnanais na ipagpatuloy ang walang humpay na paglalakbay sa buhay. Dapat nating pasalamatang ang Diyos para sa dalawang biyayang ito: ang kakayahang kalimutan .ang nakaraan at ang pag-asa para sa hinaharap

Hindi natin dapat isipin na ang tadhana ay naglalagay ng mga balakid sa daan ng malayang pagpapasya. Gayunpaman, dapat nating gawin ang ating makakaya upang labanan ang mga negatibong impluwensya na iniuugnay ng karamihan sa tadhana at kapalaran, at gamitin ang ating kalayaan sa pagpili ayon sa ating panloob na paniniwala, sa kondisyon na ang mga paniniwalang ito ay batay sa matibay na pananampalataya at nakabatay sa mga banal na batas, na kung wala ito ay hindi matitikman ng .isang tao ang tunay na kaligayahan

Kapag tayo ay nagsisimula ng isang aksyon, hindi tayo dapat matakot sa mga hindi kanais-nais na pangyayari, bagkus ay maging optimistiko sa sukdulan, nang may lubos na pananampalataya na walang makakahadlang sa .paggamit ng ating kalooban at kalayaan sa pagpili

Ang mga tao ay kadalasang parang dahong lumulutang sa ibabaw ng ilog, at kailangan nilang hilahin ang kanilang mga sarili palabas sa agos ng mga awtomatikong gawi na nagdadala sa kanila patungo sa mga talon ng ilusyon at

pagkawasak. Karamihan sa mga tao ay tila walang pakialam .at hinahayaan ang kanilang mga sarili na tangayin ng agos

Kung mabigo tayong makamit ang ating layunin, katanggap-tanggap na hindi direktang kilalanin na may mga balakid na tayo mismo ang gumawa na pumigil sa atin na maabot ito. Dapat tayong magtiyaga at doblehin ang ating mga pagsisikap upang makamit ang ating ninanais na resulta. Dapat din nating tiyakin sa ating sarili na gaano man kalakas at kakila-kilabot ang mga balakid at hamon, mayroon pa rin tayong lakas upang malampasan ang mga ito. Kahit na mabigo tayo sa kabila ng lahat ng ating mga pagtatangka, hindi natin kailangang mawalan ng pag-asa o pagkabigo, hangga't nauunawaan natin na ang kalooban ng tao ay mas malakas kaysa sa tadhana, na tayo mismo ang gumawa. Samakatuwid, hindi tayo dapat tumigil sa pagsubok, gaano man karaming beses tayong mabigo, dahil laging may mga bukas na pinto. Kailangan lang nating patuloy na magsikap at ulit-ulitin ang pagtatangka hanggang sa ipagkaloob sa atin ang tagumpay. Tutulungan tayo ng Diyos hangga't umaasa tayo sa Kanya at magsisikap nang husto. [Ang sinumang lumalakad sa landas ay makakarating sa destinasyon, at ang sinumang nagtitiwala sa Diyos ay .hindi mabibigo]

Kapag ang isang tao ay nagnanais ng isang bagay nang matindi at patuloy, ang pagnanais na iyon ay hindi kailanman nawawala sa kanilang kamalayan, saanman sila magpunta at anuman ang kanilang mga pinagkakaabalahan. Sa pamamagitan ng palagian at walang sawang pagkilos nito, ang pagnanais na iyon ay nagtataglay ng napakalaking determinasyon at enerhiya. Ang panloob na bulong na ito ay mas makapangyarihan at mabisa kaysa sa mekanikal na pagsusumamo, na nagpapagalaw lamang sa mga labi.

Ganito kumikilos ang mga nagmamahal sa Diyos. Walang humpay nilang ibinubulong ang kanilang pagmamahal sa Kanya, ang kanilang taos-pusong mga bulong ay nananatiling hindi naririnig sa kanilang pang-araw-araw na gawain. Ang taos-pusong bulong na ito ay hindi nakakagambala sa kanila o sumasalungat sa kanilang iba pang mga tungkulin. Habang lumalaki ang kanilang pagnanais para sa Diyos, ang kanilang pagmamahal sa Kanya ay lumalalim at tumitindi, hanggang sa maranasan nila ang Kanyang presensya at makita ang Kanyang liwanag gamit ang mata ng kaluluwa. Nalalasahan nila ang labis na kagalakan at nakakaramdam ng kapayapaang hindi .mailalarawan

Ipinapadala sa atin ng Diyos ang mga aral na kailangan natin sa buhay upang makinabang tayo sa mga ito at magkaroon ng pag-unawa at karanasan. Sinumang umiwas sa mga aral na iyon ay mapipilitang matutunan ang mga ito .gaano man katagal

Ang bawat pagsubok ay isang kaibigan kung tayo ay natututo mula rito, at isang malupit na diktador kung ating sasayangin ang pagkakataon at gagamitin ito nang mali .nang may reklamo, hinanakit, at maling pagpapasya

Kapag mayroon tayong matibay na pang-unawa at tamang pananaw sa buhay, ito ay nagiging maganda at .walang komplikasyon

-

Ang isang tao ay hindi maaaring manatiling habang-buhay na nadadala sa mga alon ng kagalakan, nakalubog sa magulong tubig ng kalungkutan, o nalulunod sa kaibuturan ng pagkabagot. Sa mundong ito ng magkakasalungat na mga dualidad, ang karaniwang tao ay napapailalim sa mga pagtaas at pagbaba—pag-angat sa mga alon ng kaligayahan, paglubog sa kailaliman ng kawalang-interes, at paghampas-hampas ng nagngangalit na mga alon ng kalungkutan—bihirang makaranas ng anumang iba pang .estado ng kamalayan

Ang pagpapahintulot sa mga pangyayari na impluwensyahan ang mga iniisip ng isang tao sa ganitong paraan ay nangangahulugan ng pagsuko ng sarili sa isang pabago-bago at pabago-bagong kapalaran. Ang kailangan ng isang tao upang mabuhay nang matagumpay at kasiya-siya ay ang balanseng pangkaisipan, at ito ay makakamit lamang sa pamamagitan ng nakatuong pag-iisip at kontrol sa mga .emosyonal na kakayahan ng isang tao

Kahit ang pinakamatinding kalungkutan ay naghihilom sa paglipas ng panahon, kaya walang saysay na isipin pa ang kalungkutan araw-araw sa ating buhay. Ang patuloy na pagdadalamhati sa pagkawala ng isang mahal sa buhay ay hindi nakakatuong sa kanila o sa atin, at wala itong binabago. Gayundin, ang paglinang ng isang inferiority complex o pagpaparusa sa sarili para sa mga nakaraang pagkakamali o pagkabigo ay kontra-produktibo; ginagawa lamang nitong miserable ang buhay at sinasakal ang mga .kakayahan sa pag-iisip

Hindi natin dapat hayaang mahulog tayo sa hukay ng nakakabagot na gawain, dahil iyon ay isang sikolohikal na kalagayan na malayo sa komportable, dahil ginugulo nito ang isipan at sinusunog ang mga nakatagong kakayahan sa .pugon ng kawalang-interes

Ang pagkabigo ay dapat lipulin mula sa ugat nito, at ang mga bukid ng buhay ay dapat araruhin nang may kasipagan at determinasyon at itanim ng mga binhi ng kabutihan .upang umani ng masaganang ani, sa tulong ng Diyos Gumawa ng isang bagay na hindi pa nagagawa ninuman —isang bagay na hahanga sa mundo. Ipakita na ang malikhaing kapangyarihan ng Diyos ay gumagana sa .pamamagitan mo

Ang mga taong may mahinahon at marangal na ugali ay nakakatulong na gawing kaakit-akit at malusog ang ating mga kaisipan. Hindi mahirap matukoy kung ang isang tao ay kumukuha ng kanilang intelektuwal na sustansya mula sa isang mapayapa o nakakagambalang kapaligiran. Ang pagkabalisa, pagkabalisa, at kalituhan ay pawang nagmumula sa pakikisalamuha sa maling uri ng tao, maging sa mga kaibigan o kamag-anak, na humahantong sa mga .balisa at magulong kalooban

Ang katawan ay kumukuha ng enerhiya at aktibidad mula sa mga pisikal na pagkain, habang ang mga magnetikong pagkain ay nagbibigay sa katawan at isipan ng mga karga ng enerhiya na mas madaling tunawin kaysa sa

mga solid at likidong pagkain na hindi madaling ma-convert
.sa buhay na enerhiya

Kapag nagagawa mong baguhin ang kamangmangan tungo sa karunungan, ang kahinaan at karupukan tungo sa kalusugan at sigla, at lumakad nang may kumpiyansa at matapang—kahit mag-isa—sa mga landas ng buhay, at makatagpo ng panloob na kagalakan sa pagkakaroon ng isang buhay at mapagbantay na konsensya, at matibay na pananampalataya sa katarungan ng Diyos at sa tagumpay ng tama laban sa mali at katotohanan laban sa ilusyon, at kapag sinisikap mong araw-araw na itaas ang iyong mga iniisip sa mas mataas at mas pinong antas, at magkaroon ng isang mapagmahal at nagpapasalamat na puso at mabuting intensyon sa iba, ang iyong intelektuwal na pagpapakain ay magiging magnetiko, at maaakit mo sa iyong sarili ang lahat ng maganda at kapaki-pakinabang—mga bagay, tao, at mga pangyayari—na mahalaga para sa pagpapatuloy ng iyong paglalakbay patungo sa mga baybayin ng seguridad at kaligtasan. At panghuli, kapag nagsikap kang makamit ang iyong mga kailangan at kuntento sa kung ano ang ibinibigay ng Diyos, ikaw ay magiging mas mayaman sa espiritu at mas nasisiyahan kaysa sa mga nalululong sa mga makamundong .pagnanasa at sakim sa mga panandaliang kasiyahan nito

Ang habag ang tulay na nag-uugnay sa bawat kaluluwa sa iba pang mga kaluluwa. Ang habag ang daan patungo sa .bawat puso

Kapag hinahanap ng isang tao ang Diyos, na siyang tanging tunay na kaibigan na higit sa lahat, nagiging posible ang pagtatatag ng tunay na pagkakaibigan sa lahat ng ugnayan ng tao—pamilya, kapatid, mag-asawa, at

espirituwal. Ang pagkakaibigan ay isang mahalagang elemento sa mga ugnayan ng mag-asawa, at ang intelektwal at emosyonal na pagiging malapit, ang pakiramdam ng espirituwal na atraksyon, at tunay na pagmamahal ang dapat na maging prayoridad. Ang mga hindi nakakakilala sa pagkakaiba ng tunay na pag-ibig at pisikal na atraksyon ay .paulit-ulit na nabibigo

Kapag ang kasal ay itinatag sa matataas na mithiin at paggalang sa isa't isa, ito ay nagiging isang masaya at matagumpay na pagsasama sa pagitan ng dalawang mapagmahal at nagtutulungang kaluluwa na nagpapagaan sa mga pasanin ng buhay ng isa't isa at nag-aalis ng mga alalahanin ng pamumuhay nang may empatiya at .palakaibigang pag-unawa

Walang sinuman ang makakakontrol sa akin o makakaagaw sa aking kalooban maliban kung hahayaan .kong maimpluwensyahan ako ng mga iniisip at kilos ng iba Kung ililimitahan mo ang iyong pag-iisip sa materya, makikita mo ang lahat mula sa materyal na pananaw. Ngunit kapag itinaas mo ang iyong kamalayan sa isang estado ng espirituwal na kamalayan, makikita mo ang laganap na agos ng liwanag ng Diyos na dumadaloy nang lampas sa lahat ng materya, at makikita mo ang lahat mula sa espirituwal na .pananaw

Panginoon, napagtanto kong mayroon akong walang katapusang pagkakataon upang tuklasin ang aking mga kakayahan at tuklasin ang aking espirituwal na potensyal. Ngayon, pupunuin ko ang aking mga iniisip ng optimismo at ihihiwalay ang aking sarili mula sa mga hindi kanais-nais na karanasan. Magsasagawa ako ng mga bagay na

magpapalusog sa aking katawan, isip, at espiritu sa isang
.balanse at maayos na paraan

Papalitan ko ang mga materyal na kalakip ng mas
matataas na mithiin
At aking mapagtatanto na ang tapat na espiritu ay
laging kasama ko

Ang sayaw ng buhay at kamatayan ay laging naroroon,
ngunit palalayain ko ang aking sarili magpakailanman sa
pamamagitan ng pagliligtas sa aking espirituwal na
pagkakakilanlan. At kapag naharap ko ang mga bagyo ng
mga pagsubok at paghihirap, maglalayag ako sakay ng
aking espirituwal na bangka patawid sa dagat ng buhay
.patungo sa ligtas at banal na mga baybayin

Kapag ako ay gumagawa at lumilikha, maaalala ko na
ang Diyos ay gumagawa sa pamamagitan ko. Siya ang
Panginoon ng sansinukob, at maaari akong kumonekta sa
Kanya sa pamamagitan ng malalim na pagninilay-nilay sa
.Kanya

Mahal kong Diyos, natatanto ko na ang aking mga iniisip
ay magdudulot sa akin ng kabiguan o tagumpay, depende sa
kung aling ideya ang pinakamalakas sa aking buhay. At
susubukan kong tandaan na inilalahad Mo ang Iyong kamay
na tumutulong at inihahanda ang daan para sa aking
.tagumpay

Kapag dumarating sa akin ang mga kalamidad at
kasawian, iipon ko ang aking lakas at palalakasin ang aking

determinasyon na malampasan ang mga ito. Magiging tapat
at tapat ako sa aking pakikitungo sa lahat, at
magpapalaganap ako ng mga kaisipan ng pagmamahal at
mabubuting hangarin. Pagkatapos, tutulungan ako ng Diyos
.gamit ang Kanyang kapangyarihan at karunungan

Mga sakit na espirituwal at ang kanilang paggamot
Guro Paramhansa Yogananda

Subukang isipin ang isang grupo ng mga pigura ng tao
:na hindi proporsyonal at hindi magkakasundo
Isa na may maliit na ulo na kasinlaki ng chickpea at
!malaking katawan na kasinlaki ng kamelyo
Ang isa pa ay may makapangyarihang kamay na parang
kamay ni Samson o ni Hercules at katawan na parang
!katawan ng isang duwende
At ang pangatlo ay may ulo ng isang malaking elepante
!at katawan ng isang payat na daga
Hindi ba't magiging kagulat-gulat at kamangha-mangha
sa iyo ang tagpong iyon, o malungkot at
nakapanghihinayang, kung bigla kang makakita ng isang
pulutong ng mga nilalang na iyon na may kakaiba at hindi
?magkakatugmang komposisyon
Ngayon, isipin ang isa pang grupo ng mga tao na normal
ang pangangatawan at hitsura, ngunit may diperensya sa
.pag-iisip at sikolohikal na kapansanan
Kung paanong itinatago ng mga damit ang mga sugat,
sugat, at iba pang pisikal na kapansanan, gayundin ang
isang malakas at malusog na katawan at isang maganda at
maningning na mukha ay nagtatago ng maraming
.malulubhang sakit sa pag-iisip at mga depekto sa pagsilang
Kung makakasalubong ka ng isang malaking grupo ng
mga ordinaryong tao na nakikilala sa kanilang eleganteng
anyo at mabuting kalusugan, at kung maarok mo ang

kanilang mga katawang pangkaisipan gamit ang iyong
espirituwal na paningin, ang sorpresa ay magiging
kamangha-mangha, at maaaring malulungkot ka nang husto
.sa iyong matutuklasan

Maaari mong obserbahan ang kanilang mga katawang
:pangkaisipan tulad ng sumusunod

Ang isip ay kinakatawan ng ulo, ang mga pandama at
damdamin ng katawan, at ang kalooban ng mga kamay at
.paa na pawang abnormal, may sakit, at may kapansanan
Matutuklasan mo na ang ilan ay may maliit na ulo na
may hindi pa ganap na karunungan, nakasakay sa isang
malambot na katawan na namamaga sa makasariling mga
.ambisyon at malibog na mga pagnanasa

Matutuklasan mo rin na ang ilang mga tao ay may
katawan na walang pakiramdam at sigla, kahit na mayroon
.silang lubos na maunlad at gumaganang braso

Ang iba ay maaaring nagtataglay ng malaki at
malikhaing utak, ngunit ang kanilang empatiya at emosyonal
na kapasidad ay nababawasan at humihina. At may isa pang
kategorya ng mga taong may normal na pisikal at mental na
kalagayan, ngunit ang kanilang determinasyon at pagpipigil
.sa sarili ay mahina o paralisado

At ang listahan ng mga obserbasyon ay magpapatuloy
!nang magpapatuloy. Nawa'y mabuhay ka nang matagal
Ang napakaraming sikolohikal na pagbaluktot sa mga
katawang pangkaisipan na hindi pa lubos na nauunlad sa
ilang aspeto at labis na nauunlad sa iba ay tunay ngang
naroroon – bagama't nakatago – sa mga tao. Nagdudulot ang
mga ito ng sakit sa sikolohikal at pumipigil sa kanila na
ipakita ang kanilang mga talento at kakayahan gaya ng
.dapat nilang ipakita

Ang pagtugon sa ilang mga sakit sa sikolohikal dito ay
maaaring makatulong upang matukoy ang mga
pinagbabatayang sanhi ng lahat ng problema ng tao, upang
ang mga ito ay maging kilala kahit man lang ng lahat ng

dumaranas nito, kahit na hindi namamalayan, upang maunawaan nila ang katangian ng mga depektong iyon, ang kanilang mga sintomas, at ang kanilang tahimik na pagtagos sa isipan, upang maiwasan nila ang kanilang unti-unting .pagkawasak ng kapayapaan at kaligayahan espirituwal na kalungkutan

Ang sakit na ito ay laganap sa mga taong hindi aktibo sa intelektwal at pisikal na aspeto sa pagkukunwaring labis na nahuhumaling sa mga espirituwal na bagay. Ang mga taong ito na may ganitong karamdaman ay nagpapabaya sa mga pangunahin at maliliit na tungkulin ng materyal na buhay sa pagkukunwari ng paglilingkod sa Diyos, sa gayon ay binubuksan ang kanilang sarili kay Satanas, na maaaring magdulot ng malubhang pinsala sa kanila. Nagdurusa sila sa pesimismo at kawalan ng pagpapahalaga sa anumang kapaki-pakinabang o maganda sa kanilang paligid. Ito ay isang nakakahawang sakit, at lahat ng may espirituwal na mithiin ay dapat maging maingat dito at palayain ang kanilang sarili mula rito sa pamamagitan ng patuloy na pagpapanatili ng kanilang sigla at malakas na kaligtasan sa sakit sa pamamagitan ng positibong pag-iisip, optimistikong .pananaw, at malusog at produktibong gawain espirituwal na hindi pagkatunaw ng pagkain

Nangyayari ito bilang resulta ng biglaan (kalabisan), ibig sabihin, ang mabilis na paglunok ng malalaking dami ng mga handa nang gamot na psychotropic na nakarehistro sa ilalim ng mga magarbong pangalan, at inihaharap sa anyo ng mga pekeng aklat at aralin sa espirituwal ng mga "doktor sa espirituwal" na may karanasan sa sining ng panlilinlang at .pangkukulam

Ang sakit na ito ay hindi lamang pumapatay sa espirituwal na pagkauhaw na malaman ang katotohanan, kundi sinisira rin nito ang kakayahang makilala ang mabuti .at masama, ang kapaki-pakinabang at nakakapinsala

Siya na patuloy na lumalamon sa mga ideyang teolohikal at kumakain sa lahat ng bagay na mapupunta sa kanyang mga kamay ay hindi lamang kakain nang labis kundi kakain din ng mga nakalalasong ideya kasama ng mga kapaki-pakinabang na ideya, na magdudulot sa kanyang sarili ng intelektwal na hindi pagkatunaw ng pagkain at sa .gayon ay mabagal na espirituwal na kamatayan

Ang labis at patuloy na pag-aaral ng iba't ibang espirituwal at pilosopikal na ideya, nang walang pag-unawa o pagsisikap na unawain at suriin ang mga ito sa pamamagitan ng personal na karanasan upang matiyak ang kanilang bisa, ay sa huli ay lumilikha ng pagdududa, kawalang-interes, at kawalan ng tiwala sa lahat ng .espirituwal na prinsipyo at batas

Pagkahilig at obsesyon

Ang mga taong may sakit na ito ay nabubuhay nang nasasayang at walang kabuluhan dahil sa labis nilang pera at oras, at dahil kulang sila sa layunin at wastong pag-unawa .sa buhay

Ang mga taong ito ay hinihimok ng kanilang mga pagnanasa; ginagawa nila ang anumang naiisip at nakalulugod sa kanila. Pinupuno nila ang kanilang buhay ng mga mura at walang kwentang nobela, mga sensasyonal na pelikula, at mababaw at walang saysay na libangan. Hindi nila namamalayan na sila ay dinadapuan ng mapanganib na sakit na ito hanggang sa makaranas sila ng matinding pagkabigla o nervous breakdown—ibig sabihin, pagkatapos .magawa ang pinsala lamig ng isip

Ang kondisyong ito ay may ibang pangalan: kawalan ng pag-asa. Hindi alam ng isang tao kung kailan ito tatama at magdurusa sa mga nakababahalang sintomas nito, tulad ng kawalan ng pag-asa, kawalan ng kakayahang magparaya, pagkabalisa, at pagkainip. Mas malala pa, kadalasan itong tumatagal, at ang mga biktima nito ay madalas na madaling

bumalik sa dati, kahit na naniniwala silang mabilis silang
.nakabawi

Sikolohikal na sipon

Ang sakit na ito ay sanhi ng pag-iisip ng mga talamak na
makamundong alalahanin. Ang mga dumaranas nito ay
karaniwang nakakaligtaan ang paggamit ng sandata ng
kanilang lakas ng loob at sa gayon ay pasibo at
mapagpakumbabang sumusuko sa kanilang patuloy na mga
takot sa halip na harapin ang mga ito nang buong tapang at
.alisin ang mga ito sa kanilang pagkabata
abnormal na sikolohikal na pagkakabit

Ang mga biktima ng sakit na ito ay nagiging isang panig
lamang sa kanilang paghahangad ng kaligayahan. Sa
paniniwalang ang kaligayahan ay nakasalalay sa pag-iipon
ng kayamanan, pagkamit ng katanyagan, o pagkakaroon ng
kalusugan o kapangyarihan, isinasakripisyo nila ang lahat—
kalusugan, mabuting reputasyon, kapayapaan ng isip,
karangalan, at dignidad—sa altar ng kanilang nag-aalab na
ambisyon. Huli na, napagtanto nila na tanging ang isang
balanseng buhay lamang, isa na gumagalang sa mga batas
ng kalikasan at sa mga tuntunin ng Diyos, at nag-aayon sa
aktibidad sa katahimikan, ang makapagdudulot ng tunay na
kaligayahan at matutupad ang layunin ng isang marangal na
.buhay

Ang mga dumaranas ng hindi malusog na mga sakit sa
pagkabit ay nalululong sa mga kaisipan ng walang pigil na
pananabik, na humahantong sa isang baluktot at pilipit na
pananaw sa buhay. Halimbawa, isang negosyante ang
nakamit ang malaking tagumpay at nagkamal ng
kayamanan, ngunit bago pa niya nasiyahan ang kanyang
kayamanan, dumanas siya ng nervous breakdown dahil sa
labis na pag-aalala at takot, at namatay na puno ng
.dalamhati

Naniniwala ang iba na ang lahat ay pinahihintulutan
upang makamit ang layunin. Dahil sa kalituhang ito,

nawawala sa kanila ang kanilang tunay na layunin at hindi nila nakakamit kahit ang pinakamaliit na kasiyahan, kahit na taglay nila ang mga bagay na kanilang inaasam, dahil ang kalikasan ng tao ay malawak at maraming aspeto at nangangailangan ng balanseng pag-unlad sa lahat ng antas

Bulag na espirituwal na pagkapit

Ang kakaibang panatisismo na ito para sa ilang paniniwala ay nagmumula sa pagkapit sa mga partikular na opinyon at ideya nang walang pagtatanong o pagsusuri sa mga ito, kaya lumilikha sa mga taong may ganitong karamdaman ng galit at poot laban sa anumang mabuting espirituwal na ideya o bukas at malayang kaisipan. Ang pag-iisa na ito ay humahantong sa paghihimagsik laban sa mga batas ng Diyos, na makikita sa kahusayan sa intelektwal, materyal na kagalingan, kalusugan ng isip at pisikal, at pagmamahal at paggalang sa mga tao ng lahat ng pinagmulan

Pagtatanim ng mga espirituwal na prinsipyo

Dahil ang mga pisikal na karamdaman ay nahahawakan, masakit, at hindi kanais-nais, hinihikayat tayo ng mga ito na aktibong labanan ang mga ito, na humahantong sa atin na subukang malampasan ang mga ito sa pamamagitan ng iba't ibang mga pamamaraan ng therapeutic, mula sa ehersisyo at malusog na nutrisyon hanggang sa iba't ibang mga gamot at droga. Gayunpaman, ang mga sakit sa sikolohikal, sa kabila ng pagiging ugat ng lahat ng sakit at takot ng tao, ay hindi napipigilan o ginagamot nang may sapat na pagmamadali, at pinapayagang magdulot ng pinsala at pagkawasak sa ating buhay

Ang mga tagapagturo, guro ng edukasyong pisikal, mangangaral, repormista, manggagamot, at mambabatas ay makakapagsulong ng pag-unlad kapag una silang natuto, simula sa kanilang sarili, at pagkatapos ay magturo sa iba ng

mga tamang paraan upang malinang ang kalikasan ng tao sa isang balanse at maayos na paraan, alinsunod sa mga batas ng buhay at mga prinsipyo ng isang malusog na pamumuhay. Ito ang tunay na mabisang edukasyon at komprehensibong kultura ng tao na kailangan ng mga tao sa .lahat ng dako ng mundo

Itinuturing ng mga institusyong pang-edukasyon na imposibleng ituro ang mga pangunahing espirituwalidad sa mga pampublikong paaralan dahil sa nakikitang kalituhan sa pagitan ng mga prinsipyong ito at iba't ibang doktrinang pangrelihiyon. Gayunpaman, kung ang mga institusyong ito ay nakatuon sa mga pangkalahatang prinsipyo ng kapayapaan, pagmamahal, paglilingkod, pananampalataya, pagiging bukas ang isipan, at pagtanggap sa iba—na matatag na itinatag na mga espirituwal na prinsipyo—at bumuo ng mga praktikal na pamamaraan para sa pagkikintal ng mga prinsipyong ito sa matabang lupa ng isipan at kaluluwa ng mga bata, makakahanap ng isang makatwiran at katanggap-tanggap na solusyon sa inaakala at inaakala na kahirapang ito. Isang malaking pagkakamali na balewalain ang isyung ito dahil lamang sa mga maliwanag .na kahirapang kaugnay nito

Karamihan sa mga nagtapos sa kolehiyo ay umaalis sa unibersidad na ang kanilang mga ulo ay mabigat at namamaga dahil sa mga nilalaman ng mga libro kaya halos hindi na nila matahasan ang mga landas ng buhay, dahil ang kanilang determinasyon at pagpipigil sa sarili ay halos naparalisa ng kapabayaang hindi paggamit. Kaya naman, nakikita mo silang kumikilos nang pabaya at lumalala, sumusugod sa kailaliman ng hindi pantay na pagsasama, maling paggamit ng kanilang sekswalidad, paghabol sa pera, at nabibigo sa kanilang mga karera dahil hindi nila natutunan kung paano wastong gamitin ang matalas na kutsilyo ng kanilang hinasa sa akademya. Bilang resulta,

hinihiwa nila ang kanilang sarili at nagdudulot ng pinsala sa
.kanilang sarili

Kakatwa, maraming kabataan ang tila nasisiyahan sa mga aktibidad na sa huli ay nagdudulot sa kanila ng pinsala at sakit. Ang ilan ay nagnanakaw at gumagawa ng iba pang mga pagkakamali, maging ng mga kriminal na gawain, nang walang anumang pagpipigil o panghihikayat. Ang mga hindi napipigilan ang pagkalat ng bisyo sa lipunan ay naghihikayat sa maling pag-uugali ng ilan. Ang bawat taong may konsensya at tunay na pananampalataya ay dapat maging isang mabuting halimbawa sa iba sa mga tuntunin ng integridad, katapatan, dignidad, at respeto sa sarili. Ang mga paaralan, kolehiyo, unibersidad, at mga institusyong panlipunan ay hindi nagbibigay ng sapat na siyentipikong pamamaraan upang mabawasan ang krimen sa pamamagitan ng pagtugon sa mga ugat nito, na .pangunahing matatagpuan sa isipan

Dapat ding itatag ang mga espesyal na paaralan upang ituro ang sining ng isang masaya at matagumpay na buhay, upang mapaunlad ang potensyal ng isang tao at mapahusay .ang sariling kakayahan

Ang mga paaralang ito ay magiging parang mga hardin at parke kung saan lumalaki at umuunlad ang mga batang isipan. Ang mga tagapagturo ay dapat na maingat na piliin at tiyaking mayroong kooperasyon ng mga magulang at komunidad. Ang mga paaralang ito ay makakatulong sa paghubog ng mga indibidwal nang mas epektibo. Dapat tandaan na ang espirituwal na pagkain ng isang tao sa kanilang mga unang yugto ay tumutukoy sa kanilang .kalusugan at kakayahang lumago sa hinaharap

Ang mga pamamaraan ng pagsasanay sa pag-iisip at pisikal na ginagamit sa mga modernong paaralan ay walang alinlangang kapaki-pakinabang, ngunit kulang ang mga ito sa espirituwal na pundasyon. Kung walang pag-unlad ng

mabuting pagkatao, ang paglago ay hindi magiging
.kumpleto

Ang mga agham ng pisikal, mental, at espirituwal na
pag-unlad ay dapat ituro sa mga kabataan na ang mga isip
ay malambot at nababaluktot pa at ang mga kapangyarihan
.ay hindi pa nagagamit sa ilang partikular na paraan
Pagkatapos ng komprehensibong pagsasanay, ang mga
mag-aaral ng mga paaralang iyon ay dapat sumailalim sa
patuloy na mapanuring pagsusulit, at ang mga sertipikong
makukuha ay mabuting kalusugan, mabuting reputasyon,
kahusayan, materyal at espirituwal na kayamanan,
.kaligayahan, tagumpay, at tiwala sa sarili

Ang mga resulta ng pangwakas na pagsusulit sa
pagtatapos ng paglalakbay na ito sa lupa ay matutukoy ayon
sa kabuuang kabuuan ng mga nakamit na mental at
espirituwal at mga sertipiko na nakuha sa mga sub-
.pagsusulit sa buong buhay

Ang mga magtatagumpay sa huling at pinakadakilang
pagsubok na ito ay tatanggap ng isang sagradong sertipiko
ng kasarinlan at isang malaya, dalisay, at masayang
.konsensya

At mga pagpapalang nakaukit magpakailanman sa
pahina ng kaluluwa
Ang pambihirang premyong ito ay hindi mapapalitan ng
mga gamu-gamo
At hindi ito maaabot ng mga kamay ng mga
magnanakaw

O kaya'y buburahin ito ng panahon
Ito ay magsisilbing pasaporte
Para sa honorary membership sa Righteous Group

Saan nakasalalay ang kaligayahan?

Ang Diyos, sa Kanyang lubos na awa, ay ipinagkakaloob sa atin ang Kanyang kagalakan at inspirasyon

At nagbibigay ito sa atin ng totoong buhay

Tunay na karunungan

At tunay na kaligayahan

Ang tunay na pag-unawa ay nagmumula sa lahat ng iba't ibang karanasan sa ating buhay

Ngunit ang kaluwalhatian ng Diyos ay nahahayag lamang sa espirituwal na kapayapaang nararanasan ng kaluluwa at sa taimtim na pagtatangka ng isipan na makiisa sa Kanya. Doon, tayo ay nakaharap nang harapan sa katotohanan. Sa labas, ang mga ilusyon ay napakalakas, at kakaunti lamang ang makakatakas sa impluwensya ng panlabas na kapaligiran. Ang mundo ay nagpapatuloy sa walang katapusang kasalimuotan at hindi mabilang na mga pagsubok. Ang tinig ng Diyos ay nasa likod ng mga anyo ng buhay, patuloy na tumatawag sa atin at nagsasalita sa atin mula sa mga bulaklak, banal na kasulatan, ating mga konsensya, at sa pamamagitan ng lahat ng magagandang bagay na nagpapahalaga sa buhay.

Habang mas nakatuon tayo sa mga panlabas na bagay, mas kaunti ang ating mararanasan na panloob na kaluwalhatian; at habang mas bumabaling tayo sa loob, mas kaunti ang mga panlabas na paghihirap na ating kinakaharap. Ito ay isang palaging ekwasyon. Ngunit karamihan sa mga tao ay hindi natatanto ang katotohanang ito dahil sa impluwensya ng makamundong pakikisama, ang lipunang kanilang ginagalawan, at mga hindi malusog na gawi. Ang lipunan ay nagpapanatili sa isang tao na nakalubog at abala sa mga mababaw na bagay, na pumipigil sa kanila na pagnilayan ang mas malalalim na katotohanan.

Kahit ang mga espirituwal na lugar ay binibisita ng ilan nang walang tunay na pagnanais na makinabang mula sa kanilang pinagpalang kapaligiran, kaya wala silang natututunan mula sa mga pagbisitang iyon.

Sinumang nagnanais na makita ang Diyos ay matatagpuan Siya sa lahat ng dako. Ang mga ugali ng tao ay mapanira, mandaragit, at gutom na gutom; sinisira, sinisira, at winawasak ng mga ito. Panahon na para matutunan ng sangkatauhan kung paano maging masaya at makuntento sa kung anong mayroon ito. Hindi tayo dapat maghangad ng higit pa sa dumarating sa atin. Ang Diyos ay mapagbigay; Alam Niya ang ating kailangan at ibinibigay ito sa takdang panahon. Hindi ito nangangahulugan na dapat tayong umasa sa Diyos nang walang pagsisikap. Hindi talaga. Nangangahulugan ito na dapat nating gawin ang ating bahagi sa abot ng ating makakaya at iwanan ang iba sa Diyos, na hindi kailanman mag-aalis sa atin ng ating kailangan at nararapat.

Ang pinakamahusay na paraan upang maging maligaya magpakailanman ay ang madama ang presensya ng Diyos. Ang ating pinakamataas na hangarin ay ang makilala ang Diyos at ang magpasiyang makasama Siya. Ang Diyos ang dapat unahin at pangunahin sa ating mga iniisip at nararamdaman, at dapat natin Siyang ituring na pinakamalakas at pinakamatatag na haligi sa ating buhay.

(Kaya't kumapit nang mahigpit sa lubid ng Diyos, na nagpapakupkop sa Kanya)

Sapagkat siya ang haligi kung sakaling mabigo ang lahat ng iba pang haligi

Napagtanto ko na ang tanging layunin ng buhay ay ang makilala ang Diyos. May mga taong maaaring hindi kumbinsido na ang paghahanap sa Diyos ang sukdulang layunin ng buhay. Ngunit walang sinuman ang maaaring tumanggi na ang layunin ng buhay ay ang makahanap ng kaligayahan. At sinasabi ko nang may lubos na kumpiyansa at katiyakan na ang Diyos ang sukdulang kaligayahan. Siya ang pinakamataas na kaligayahan. Siya ang ganap, pangkalahatang pag-ibig. Siya ang walang hanggang kagalakan na hindi umaalis sa mga kaluluwa ng mga taong nakikiisa sa Kanya. Kaya bakit hindi natin sikaping makamit ang perpektong kaligayahang iyon? Walang ibang makapagbibigay nito sa atin. Dapat nating patuloy na linangin at pangalagaan ito sa ating sarili. Ang mga puwersa ng kalikasan ay walang pagod na nagsisikap na bigyan ang mga tao ng makamundong kasiyahan, ngunit ang mga panandaliang kasiyahang ito ay humahantong sa panghihinayang, kapaitan, at pagsisisi. Kahit ang pinakamapalad na tao, na tila mayroon ng lahat, ay maaaring hindi pa rin tunay na masaya. Hindi sila masisiyahan sa mga bagay sa lupa nang matagal dahil ang mga bagay na ito ay hindi nakakapawi ng kanilang tunay na uhaw o nakakabusog sa kanilang espirituwal na pagkagutom.

Ang mga materyal na ari-arian ay nag-aalok lamang ng maling pakiramdam ng kapayapaan at panandaliang kasiyahan. Ang mundo sa kabuuan ay nababalot ng kalituhan at kaguluhan, na pinapagana ng makasarili at sakim na mga pagnanasa na nagbubunga ng digmaan. Wala nang iba pang lumilikha ng digmaan.

Ang tunay na bayani sa laban ng buhay ay ang siyang sumasakop sa kanyang sarili at nagwawagi sa kanyang mga pagnanasa. Ang pera, katanyagan,

kalibugan, at lahat ng bagay na sumasalungat sa prinsipyong ito ay nakakasira sa ating kapayapaan at kaligayahan. Kung matututo ang mga tao na laging mag-isip ayon sa mga tunay na halaga ng buhay, matatagpuan nila ang kaligayahang hinahanap nila, ngunit naliligaw sila sa kanilang layunin at natatangay ng agos ng mga makamundong pagnanasa. Natuklasan ko na walang tukso ang makapaglilihis sa akin mula sa landas na aking pinili at sinundan para sa aking sarili.

Maaari kong maakit ang libu-libo gamit ang kapangyarihang ibinigay sa akin ng Diyos, ngunit ang landas na iyon ay makakasama sa akin. Sa anumang kaso, hindi ko nais na maakit ang libu-libo at mabihag ang kanilang mga isipan. Ang nais ko lamang ay makita ang mga tapat na disipulo na matatag sa Diyos. Ang mga nagmamahal sa Diyos ay masisiyahan sa mga ideyang ito, at ang mga patuloy na may sigasig ay makakaramdam ng mga pagpapala at presensya ng Diyos sa pamamagitan ng mga turong ito.

Imposibleng linlangin ng isang tao ang Diyos, sapagkat Siya ay laging naroon, nalalaman ang nasa kanilang isipan at ang kanilang ninanais. Kapag tinalikuran nila ang mundo at hinahangad ang espirituwal na pagkakasundo, ang Diyos ay lalapit sa kanila. Kapag ang pagnanais na iyon ay nag-ugat sa puso ng taong naghahanap nito, ang Diyos ay lalapit sa pusong iyon at pupunuin ito ng kabutihan at pagpapala. Ang tanging bagay na sulit mabuhay ay ang maging kasundo ng Diyos at makamit ang Kanyang pabor. Ang pagkakasundong iyon ay dapat na isang walang hanggang tipan at isang hindi masisira na pangako (yaong mga tumutupad sa tipan ng Diyos at hindi ito sinisira).

Lahat ay naghahangad ng mas maraming kayamanan kaysa sa iba. Kahit na makuha na nila ito, nananatili pa rin silang hindi nasisiyahan, at natutuklasan na may ibang taong mas mayaman. Ang mga tao ay nabubuhay sa isang lusak ng paghihirap na dulot ng sarili nilang mga hangarin. Dapat tayong makuntento sa kung anong mayroon tayo. Ang mga materyal na ari-arian ay hindi nagdudulot ng kaligayahan; sa halip, kadalasan ay pinalalaki nito ang mga pagkabalisa, pag-aalala, at pangamba.

Ang landas patungo sa Diyos ang pinakasimple at pinakamadaling landas, ngunit kakaunti ang lumalakad dito sa kabila ng maraming ritwal at pormalidad ng relihiyon. Mas mainam na ibaling ang ating mga puso sa Diyos at hilingin sa Kanya ang pinakamabuti at pinakamatagal para sa atin. Sa katotohanan, hinihintay tayo ng Diyos dahil nais Niya tayong ilayo sa kasamaan at panganib. Gusto Niya tayong makasama Siya sa ating mga puso at isipan dahil ang mga murang bagay ng mundong ito ay hindi kayang masiyahan ang pananabik ng tao o punan ang espirituwal na kawalan na nararamdaman natin sa kaibuturan. Ang Diyos ay palaging nagsasalita sa atin, ngunit kakaunti ang nakakarinig sa Kanyang tinig. Ang mahinang boses na iyon ay kadalasang natatabunan ng ingay ng maingay na mga kaisipan at tahasang mga pagnanasa. Ngunit kapag humupa ang mga kaisipan at nagnanais ng katahimikan, naririnig natin nang malinaw ang tinig ng Diyos, kahit na ito ay tahimik at mahina. Tunay nga, ginagawa ng Diyos ang lahat upang tulungan ang sangkatauhan, binubuksan ang mga pinto at binibigyang-liwanag ang mga landas upang makita natin kung saan tayo dapat humakbang, upang hindi tayo matisod o madulas.

Ngunit hindi natatanto ng karamihan sa mga tao ang katotohanang ito.

Ayokong isipin ng mga tao na makakamit nila ang kaalaman sa pamamagitan lamang ng pakikinig sa iba o pagbabasa ng mga libro. Dapat nilang ilapat ang kanilang nababasa at naririnig. Mas mainam ang pagpunta sa mga lugar ng pagsamba kaysa sa pananatili sa bahay at pakikinig sa mga walang kabuluhang usapan. Ngunit kahit sa mga lugar ng pagsamba, dapat madama ng isang tao ang presensya ng Diyos sa kanilang puso at malaman kung paano ito maranasan. Ang mga pagsabog ng emosyon at makatuwirang pagsusuri ay hindi makapagbibigay sa atin ng kaalamang hinahangad ng ating mga kaluluwa na makamit.

Kapag isinuko natin ang ating mga sarili sa Diyos at nagpaalam sa mga makasariling pagnanasa, at kapag natitiyak natin na ang Diyos ay laging kasama natin, nananahan sa ating mga kaluluwa at nagbibigay-inspirasyon sa atin ng mabuti at marangal na mga kaisipan at damdamin, magkakaroon tayo ng kaligayahan at kalayaan, at masasaksihan natin ang pagsikat ng karunungan sa abot-tanaw ng kaluluwa.

Isipin mo! Ilang dekada mula ngayon, ang ating mismong pag-iral ay magiging isang panaginip lamang, at lahat ng ginagawa natin ngayon ay magiging bahagi ng pangarap na iyon. Kahit ang pinakadakilang mga pigura ng sangkatauhan ay magiging mga kathang-isip lamang ng kamalayan ng tao. Ngunit naabot ng mga dakilang pigurang iyon ang kanilang sukdulang layunin dahil naabot nila ang pinakamataas na antas at nananatiling buhay sa espiritu, lubos na may kamalayan at kamalayan sa lahat ng nangyayari, dahil sila ay nagkakaisa sa banal na kamalayan. Sinumang sumusubok na makiisa sa

kanila sa pamamagitan ng kanilang mga kaisipan at turo ay tiyak na mararamdaman ang kanilang presensya, matatanggap ang kanilang mga pagpapala, at malalaman sa kaibuturan na sila ay tunay na nakikipag-ugnayan sa kanila.

Ang buhay ay isang dakilang panaginip. Ngunit, kapag tiningnan mo ang iyong katawan ngayon at nakita itong masigla at puno ng buhay, lubos kang nakukumbinsi sa katotohanan ng panaginip na ito. Iniisip mo na kailangan mong makamit ito o ang bagay na iyon upang maging masaya. Ngunit gaano man karaming mga hangarin ang iyong natutupad, hindi mo matatagpuan ang kaligayahan sa pamamagitan ng mga ito. Habang mas marami ang nakukuha ng isang tao, mas maraming ninanais ang isang tao. Ang mga hangarin ay dapat salain, at gawing simple ang buhay kung nais ng isang tao na mamuhay nang ginhawa, katahimikan, at panloob na kasiyahan.

Sinasabi ng mga banal na kasulatan na ang taong ang mga hangarin ay laging dumadaloy papasok (patungo sa kanilang kaluluwa) ay isang taong may mataas na panloob na kapayapaan. Dito, sila ay parang dagat, na hindi nagbabago o nababawasan, ngunit nananatiling puno ng tubig na walang humpay na dumadaloy dito. Ngunit ang taong lumilikha ng mga butas ng pagnanasa sa imbakan ng kanilang kapayapaan at hinahayaang tumagas at masayang ang mahahalagang tubig ay walang alam tungkol sa espirituwal na kapayapaan at panloob na kaligayahan.

Kailangan natin ng patnubay mula sa mga nakakakilala sa Diyos, na may kakayahang makipag-ugnayan sa Kanya at may kamalayang madama ang Kanyang presensya. Hiniling sa atin ng mga propeta

na hanapin ang Diyos sa panloob na kapayapaan, sa pag-iisa ng kaluluwa kung saan nananahan ang tapat na espiritu at ang sukdulang espirituwal na kagalakan. Sinusuportahan din ng mga naliwanagang guro ng India ang mga ideyang ito at binibigyang-diin ang kahalagahan ng malalim na pagmumuni-muni upang maunawaan ang Banal na Sarili sa kaibuturan ng kaluluwa.

Ang lahat ng bagay na umiiral ay parang alon na bibrasyon na pinapatnubayan ng isipan ng Diyos. Ang matalinong bibrasyon na ito ay ang Banal na Espiritu, o ang tapat na Espiritu, na maaaring makipag-ugnayan sa pamamagitan ng panalangin at meditasyon.

Sa katahimikan ng iyong kaluluwa at sa kakahuyan ng iyong nakatutok na isipan, ang pag-ibig sa Ganap at sa Walang Hanggan ay walang hanggan. Ngunit mahirap hanapin ang Diyos kung pera muna ang ating hahanapin. Dapat nating gawing mahalagang bahagi ng ating buhay ang Diyos, at saka natin makukuha ang lahat ng kailangan natin sa buhay na ito. Sinumang gawing permanenteng lugar ang Diyos sa kanilang puso, bibigyan sila ng Diyos ng masaganang bahagi ng mga biyaya ng lupa at langit, at bubuksan sa harap nila ang malawak na abot-tanaw kung saan sumisikat ang mga araw ng karunungan, na nagbibigay-liwanag sa kanilang mga landas at nagtataboy sa kadiliman sa kanilang paligid. Ang Diyos ang walang hanggang mangingibig, at walang kaligayahan para sa sangkatauhan maliban kung mahal nila ang Diyos tulad ng pagmamahal nila—kahit papaano—sa kanilang pinakamamahal na mga mahal sa buhay, dahil kung wala ang Diyos, hindi natin malalaman ang diwa ng pag-ibig, ni malalasap ang tamis nito.

Dapat nating matutunang gamitin ang ating kalooban at itaon ang ating isipan upang hanapin ang Diyos nang buong puso. Ang mga kilos ng tao ay idinidikta ng mga pagnanasa, at ang mga gawi na ito ay patuloy na nagtutulak sa atin na gawin ang ayaw nating gawin. Tunay nga, ang tao ay sarili niyang kaaway, walang kamalay-malay. Hindi niya alam kung paano umupo nang tahimik, ni hindi niya inilalaan ang oras sa Diyos, ngunit ninanais niya ang kaligayahan at garantisadong pagpasok sa Paraiso nang walang pagkaantala. Ang sagradong karanasan ay hindi makakamit sa pamamagitan lamang ng pagbabasa ng mga libro, pakikinig sa mga sermon, o paggawa ng mabubuting gawa. Ang lahat ng ito ay walang alinlangang kapaki-pakinabang, ngunit hindi sapat. Ang pag-abot sa Diyos ay nangangailangan ng masusing konsentrasyon at malalim na pagmumuni-muni.

Dapat muna nating hanapin ang pabor ng Diyos. Hindi natin maaaring pasayahin ang lahat, dahil imposible iyon. Sinisikap kong huwag masaktan ang sinuman. Ginagawa ko ang aking makakaya, at iyon lang ang magagawa ko. Ang tanging layunin ko ay pasayahin ang Diyos. Ginagamit ko ang aking mga kamay upang manalangin nang may pagpapakumbaba sa harap Niya, ang aking mga paa upang hanapin Siya sa lahat ng dako, at ang aking isipan upang isipin Siya at pagnilayan ang Kanyang mga kababalaghan. Ang Diyos ang dapat na unang nasa ating mga puso upang maranasan natin Siya bilang kapayapaan, pag-ibig, pag-unawa, kabaitan, habag, at karunungan. Ito, at wala nang iba pa, ang aking pinarito upang magpatotoo at magsalita sa inyo.

Bukod sa pagninilay-nilay, dapat ding magkaroon ng mabuting pakikisama. Hindi natin dapat habulin ang mga tao, kundi ang Diyos. Kung makakahanap ka ng pakinabang sa mga kaisipang ito, ituring mo itong isang biyaya mula sa Diyos, sapagkat ang lahat ng papuri ay sa Kanya. Ibahagi ang mga ito sa iba upang matagpuan nila sa mga ito ang iyong matatagpuan (At tungkol naman sa biyaya ng iyong Panginoon, sabihin mo ito). At huwag mong kalimutang tumulong sa iba araw-araw ayon sa iyong kakayahan. Hangga't may pera ako sa aking bulsa, hindi ako titigil sa pagbibigay, sapagkat ang aking walang-ubos at patuloy na umaagos na pinagmumulan ay ang Diyos.

Panghuli, dapat nating makilala ang Diyos tulad ng ginawa ng mga dakila. Ito ay posible sa pamamagitan ng pagmumuni-muni at personal na pagsisikap.

Minsan, naglalakad ako sa labas ng ermitanyo, iniisip ang aking dakilang guro, si Sri Yuktiswar, na pumanaw ilang taon bago ako nakaramdam ng matinding pananabik para sa kanya at nalungkot ako na wala siya sa tabi ko upang tamasahin ang kagandahan at kapaligiran ng ermitanyo. Bigla siyang nagpakita sa akin mula sa langit at sinabing, "Sa tingin mo ba ikaw lang ang nasisiyahan sa magandang lugar na ito? Nasisiyahan din ako rito tulad mo!"

Ang naghahanap na nagnanais ng pakikiisa sa Diyos ay dapat magsikap sa pamamagitan ng pang-araw-araw na pagsasanay ng meditasyon at pagmamahal sa Kanya, at pagpapaabot ng pagmamahal na iyon sa lahat. Ito ang tanging paraan upang maiwasan ang alitan. Mahalaga ang espirituwal na kooperasyon. Kung walang tunay na espirituwalidad, walang indibidwal o pangkalahatang

kaligayahan. Ang sagradong pagkakasundo ang tanging solusyon sa lahat ng pisikal, pinansyal, kasal, moral, at espirituwal na problema.

Ang kaligayahan ay nagmumula sa pakiramdam na malapit sa Diyos. Ikinulong ng sangkatauhan ang sarili sa likod ng mga rehas ng kamangmangan, at panahon na upang makalaya mula sa nakakahiyang bilangguan ito. Ang isip ay dapat laging nakatutok sa Diyos, anuman ang mga pangyayari, at sa gayon ay makakaranas ka ng malaking kapayapaan at kagalakan.

Ang mga nananabik sa Diyos at nag-aalay ng kanilang pagkatao sa Kanya, naghihikayat at nagbibigay-liwanag sa isa't isa, at patuloy na nag-aalaala sa Diyos, ang siyang masasaya sa mundong ito at ang mga nagwagi ng kaligayahan sa Kabilang Buhay.

Sumainyo ang kapayapaan

Ang kurtina ay tatayo at magliliwanag

Bawat isa sa atin ay nilikha ayon sa wangis ng Diyos. Nagmula tayo sa Kanyang banal na Espiritu, at ang Kanyang esensya ay nananahan sa atin sa lahat ng kadalisayan, kaluwalhatian, at labis na kaligayahan nito. Ang sagradong manang ito ay isang hindi magagaping kuta. Ang paghatol ng isang tao sa kanyang sarili bilang isang makasalanan, na nahihirapan sa mga landas ng kasalanan, ay isa sa mga pinakamalaking kasalanan sa lahat. Sapagkat sa paggawa nito, hinahatulan nila ang kanilang sarili sa kawalan ng kakayahan, kawalan ng pag-asa, at kawalan ng kakayahang bumangon at umakyat. Totoo na ang isang tao ay maaaring gumawa ng mga gawaing taliwas sa mga batas ng kalikasan at banal, ngunit dapat silang agad na magbago ng landas at

lumiko sa tamang landas. Sa kanilang dalisay na kalikasan,
ang isang tao ay isang sagradong templo, at ang banal na
.Espiritu ay nananahan sa kanila

Dapat nating laging tandaan na mahal tayo ng Diyos
nang wagas at walang kondisyon. Ngunit dahil binigyan Niya
tayo ng ganap na pagpipilian na lumapit sa Kanya o
tumalikod sa Kanya, hinihintay Niya na maipahayag natin
ang ating pagnanais para sa Kanyang pag-ibig bago Siya
.lumapit sa atin

Minsan ay narinig ko ang kanyang tinig na bumubulong
habang nagmumuni-muni: "Sinasabi mong wala ako sa iyo,
ngunit hindi ka tumingin sa loob. Hindi kita iniwan kahit
isang sandali. Pumasok ka sa templo ng kaluluwa at makikita
mo ako. Sapagkat ako ay laging narito, upang tanggapin ka
".at batiin ka ng pagbati ng banal na pag-ibig
Ang malalim na katapatan ay mahalaga sa espirituwal
na landas. Sa kadalisayan at katotohanan, sumisikat ang
.bukang-liwayway ng kaluluwa

Ang ating karunungan bilang tao ay walang-wala
kumpara sa Diyos. Ang tanging paraan upang mapalapit
tayo sa Kanya ay sa pamamagitan ng pagbibigay sa Kanya
ng parehong dalisay na pagmamahal na ipinagkakaloob Niya
.sa atin

Lahat ay makakatagpo ng kaligtasan sa kalaunan,
ngunit ang mga nabibigo sa daan ay mahuhulog sa
kailaliman ng kawalang-malasakit. Ang kawalang-malasakit
ay humahadlang sa atin na mapagtanto ang
napakahalagang kahalagahan ng paghahanap sa Diyos
ngayon din, sa mismong sandaling ito. Ang ating dakilang
planetang Daigdig, na lumulutang sa kalawakan, at ang
ating pagkakakilanlan bilang tao, ay hindi ibinigay sa atin
upang gumugol ng ilang taon dito at pagkatapos ay maglaho
sa kawalan. Sa halip, tayo ay nilalayong magnilay-nilay nang

malalim at unawain ang misteryo ng pag-iral. Ang mabuhay
nang hindi nauunawaan ang layunin ng buhay ay
kahangalan, katangahan, at pag-aaksaya ng oras. Ang mga
misteryo ng buhay ay nakapalibot sa atin sa lahat ng panig,
at pinagkalooban tayo ng Diyos ng katalinuhan upang
.mahanap ang kanilang mga solusyon

Sa aking paghahanap ng pangmatagalang pag-ibig,
napagtanto ko na mahal ako ng Diyos sa lahat ng paraang
maiisip. Mahal Niya ako bilang isang ina, isang ama, at isang
.kaibigan

Hinanap ko ang walang hanggang kaibigan na higit pa
,sa lahat ng kaibigan

At tungkol sa dakilang mangingibig na ngayon ay
nakikita kong nagniningning sa bawat uri at mapagmahal na
mukha. Ang banal na kaibigang iyon ay hindi ako binigo, ni
.hindi niya ako binigo kailanman

Ang Diyos ang nasa likod ng lahat ng umiiral. Dapat
nating igalang at tratuhin nang mabuti ang ating mga
magulang, ngunit dapat nating mahalín ang Diyos nang
buong puso at kaluluwa. Dapat nating kilalanin ang
kahalagahan ng isang mahalagang koneksyon sa Kanya,
.nang hindi na nagsasayang pa ng oras

Kapag tayo'y natutulog, hindi natin alam kung
magiging pa tayo o hindi. Isa-isa tayong aalis sa mundong
ito. Ngunit ang kaisipang ito ay hindi dapat magdulot ng
pagkabalisa. Kapag tayo'y namatay, tayo'y tinatawag na
ipanganak na muli sa mundo, magsimula ng isang bagong
.buhay mula sa kung saan tayo tumigil dito

Nakikita ko ang buhay bilang ang pagbuo at
pagkatunaw ng mga alon sa ibabaw ng karagatan. Ang alon
ng tao ay umaangat mula sa ibabaw ng banal na karagatan
sa pagsilang nito, at sa kamatayan, ito ay nananatili sa puso
ng Diyos. Naunawaan ko ang katotohanang ito at alam kong
hindi ako tunay na namamatay, sa kabila ng pagkamatay ng
katawan. Sapagkat ako man ay nagpapahinga sa karagatan

ng banal na espiritu o gising sa pisikal na katawan, ako ay kaisa ng kosmikong karagatan. Ang pinakamataas na kaligayahan ay hindi matatagpuan sa mundo. Kasabay nito, hindi natin kailangang tumakas sa kagubatan upang maghanap ng layunin. Matatagpuan natin ang Diyos sa gubat na ito ng pang-araw-araw na buhay—sa kailaliman ng .yungib ng katahimikan

Maaaring magkamali ang mga tao, ngunit hinubog sila ayon sa wangis ng banal na espiritu. Nilikha ng Diyos ang mapanlinlang na mundong ito ng mga kalayawan sa lupa para sa iisang layunin lamang: upang mapagtanto ng sangkatauhan na ito ay isa lamang kosmikong drama, talikuran ang mga ilusyon, at mahalin ang Diyos lamang. Ito ang katotohanan, at hindi ito maaaring maging iba. Bakit tayo nilikha ng Diyos upang mahalin ang ating mga kapamilya para lamang makita silang lumalayo sa atin nang isa-isa? Nangyayari ang mga pangyayaring ito upang mapagtanto natin na ang Diyos ang tunay na nagmamahal .sa atin, higit pa sa lahat ng ating minamahal

Ang buhay ay isang serye ng mga gumagalaw na imahe, ngunit ang katotohanang ito ay mahirap unawain dahil ang mga ilusyon ay tila totoo at ang mga katotohanan ay tila mga ilusyon. Ang mundo ay nawawala sa ating kamalayan tuwing gabi habang tayo ay natutulog, marahil upang .maunawaan natin na ang pisikal na uniberso ay hindi totoo

Ang aral na ito ng pagtulog ay hindi para takutin tayo, kundi para sabikin tayo sa katotohanan ng Diyos. Walang makakapagbigay-kasiyahan sa kaluluwa maliban sa Diyos at sa Kanyang pag-ibig. Ang Espiritu ng Diyos ang walang kapantay na katotohanan. Walang bagay na hindi totoo, at ang totoo ay hindi maaaring maging hindi totoo.

Nauunawaan ng matalino ang nagniningning na .katotohanang ito

Maraming taon na ang lumipas sa ating buhay, at mga taon, linggo, araw, at oras na lamang ang natitira. Bakit pa

tayo mag-aaksaya ng oras sa mga bagay na hindi kapaki-pakinabang? Dapat nating hangarin na kumonekta sa Diyos araw at gabi, at maging lubos na tapat sa hangaring ito bago maubos ang itinakdang oras ng buhay at lisanin natin ang mundong ito nang walang nagagawang anumang .mahalagang bagay

Sa sandaling iyon, nakita ko ang dakilang liwanag ng Diyos na bumabalot sa lahat ng nilikha. Kay laking !kagalakan! Kay kamangha-manghang liwanag Diyos ko, nagpapasalamat ako at yumuyuko sa iyo para sa masaganang mga biyayang ito ng pagdadama ng iyong presensya

Mga pagpapala sa lahat sa parehong paraan, upang matanto namin na Ikaw ang sukdulang katotohanan sa sansinukob at Ikaw ang aming sukdulang layunin, na wala .nang iba pang layunin na lampas dito

Dapat natin Siyang mahalín at kausapin sa bawat segundo ng ating buhay—sa trabaho at sa pamamahinga, sa paggalaw at katahimikan—nang may malalim na pagsusumamo at nag-aalab na pananabik. Kung magkagayon ay makikita natin ang pagbangon at paglalaho ng lambong ng ilusyon. Ang Diyos ay kasama natin sa bawat sandali ng ating buhay. Ang mga nagninilay-nilay at nakikiisa sa Kanya ay nakikita Siya sa kagandahan ng mga bulaklak, sa kadakilaan ng mabubuting kaluluwa, sa dakila at marangal na mga emosyon, at sa magagandang panaginip. Sa wakas, Siya ay lalabas mula sa likod ng makakapal na lambong upang sabihin sa bawat taimtim na :naghahanap

Matagal na tayong nagkahiwalay dahil gusto kong" ibigay mo sa akin ang iyong pagmamahal nang kusa. Nilikha kita ayon sa aking wangis, at naghintay ako hanggang sa gamitin mo ang iyong kalayaan at ibigay sa akin ang iyong ".pagmamahal nang kusa

Dapat nating hilingin sa Diyos na ipagkaloob sa atin ang walang hanggan at pangmatagalang kaloob ng Kanyang banal na pag-ibig Ngunit sino ang makakahanap sa mapagmahal na Diyos na ito nang walang pagsisikap? Kung gugulin mo ang 25 porsyento ng pagsisikap, ang natitira ay nasa Diyos at sa iyong espirituwal na gabay. Wala akong hinihiling para sa aking sarili, sapagkat ang lahat ng papuri ay sa Diyos, ang pinagmumulan ng lahat ng kabutihan at biyaya. Sumaiyo nawa ang Kanyang biyaya, sumaiyo ang Kanyang kamalayan, at madama mo nawa ang kasaganaan .ng Kanyang presensya sa loob mo at sa paligid mo

Hindi tayo agad sinasagot ng Diyos dahil nag-aalangan tayong ipakita kung gaano natin Siya hinahangad. Hindi tayo dapat matakot na lumapit sa Kanya, bagkus ay ituring Siyang atin, ating Minamahal, at hanapin Siya nang walang humpay gamit ang ating mga iniisip, kilos, puso, at isipan, at matatagpuan natin Siya ang pinakadakilang kanlungan ng .seguridad at kapayapaan sa buhay na ito

O Panginoon, iniaalok ko sa Iyo ang palumpon ng mabubuting kaluluwa, upang kanilang palamutian ang templo ng Iyong presensya. Samahan ang mga kaluluwang ito, na Iyong pamilya at Iyong minamahal. Inaawit namin ang Iyong banal na pangalan. Alisin ang kadiliman ng kamangmangan gamit ang Iyong banal na liwanag. Alisin ang dilim sa aming mga isipan gamit ang nagniningning at walang hanggang liwanag ng Iyong pagkatao. Kami ay sa Iyo, anuman ang aming mga kalagayan. Ipahayag ang Iyong Sarili sa amin, O Panginoon ng Kamahalan at Kasaganaan. Pagpalain mo ang bawat isa sa amin. Tanggapin ang mga bulong ng aming mga nananabik na kaisipan at ang mga nananabik na tibok ng aming mapagmahal na mga puso. Sa Iyo ay iniaalok namin ang lahat ng pagmamahal, karangalan, at pananabik, sapagkat Ikaw ang aming Minamahal at lahat .ng aming pag-aari sa sansinukob na ito

Pagpalain mo kami ng Iyong biyaya Gibain mo ang mga
pader ng pagnanasang naghihiwalay sa amin sa Iyo Maging
banal na Hari na nakaluklok sa lahat ng aming mga mithiin

Nawa'y kumalat ang liwanag ng Iyong kaluwalhatian sa
malawak na mundo Pagpalain mo kaming lahat Punuin mo
kami ng halimuyak ng Iyong presensya At ipabatid mo sa
amin na Ikaw ay palaging kasama namin, Ikaw ay kasama
namin ngayon, at Ikaw ay makakasama namin
magpakailanman

Nagpapasalamat kami sa biyaya at pagmamahal na
ipinagkaloob Mo sa Iyong mga tapat na tagasunod na
nananabik sa Iyong kalapitan at sabik na naghihintay sa
Iyong presensya. Umaasa kami na ang bilog ng Iyong mga
alagad ay lalago upang maipagdiwang namin ang Iyong
.pinagpalang presensya at magalak sa Iyong kalapitan
Pagpalain mo kami upang mabuksan namin ang aming
mga puso sa isa't isa at dalisayin ang aming mga intensyon,
upang kami ay maging karapat-dapat sa iyong proteksyon at
pangangalaga. Ihayag mo ang iyong sarili, sa loob at labas,
pag-isahin mo kaming lahat, at sa liwanag ng pagkakaisang
iyon, hayaan mong kilalanin namin ang iyong natatanging
.pag-iral

Taglay ang katapatan ng aming nagkakaisang mga puso
at ang pananabik ng aming magkakasundong mga kaluluwa,
nagpapatirapa kami sa Iyo, hinihingi ang Iyong tulong,
patnubay, at ang patuloy na pagkaalam sa Iyong presensya
.sa aming mga kaluluwa

Nawa'y magningas nang maningning ang walang
hanggang apoy ng pag-ibig sa aming mga puso, at nawa'y
madama namin ang Iyong kalapitan sa amin ngayon at
!magpakailanman, O aming Panginoon, O aming Minamahal

Kataas-taasang pagnanasa at mga kapsula sa pag-iisip
**Dakila ang kaluwalhatian ng Diyos. Siya ang diwa
ng katotohanan at matatagpuan sa buhay na ito. Sa**

puso ng mga tao ay maraming panalangin at pagsusumamo: para sa pera, katanyagan, kalusugan —lahat ng uri ng panalangin. Ngunit ang panalangin na dapat unahin at pangunahin sa bawat puso ay ang madama ang presensya ng Diyos. Habang tinatahak natin ang mga landas ng buhay nang tahimik at may katiyakan, dapat nating mapagtanto na ang Diyos ang sukdulang layunin na makapagbibigay-kasiyahan sa atin at makakatupad sa ating mga hangarin, sapagkat sa Diyos nakasalalay ang sagot sa bawat pananabik ng puso.

Kapag hindi mo matupad ang isang hangarin sa pamamagitan ng iyong sariling pagsisikap, ikaw ay lumalapit sa Diyos sa panalangin. Kaya, ang bawat pagsusumamo na iyong binibigkas ay nagpapakita ng isang nakatagong pananabik sa loob. Ngunit kapag natagpuan mo ang Diyos, lahat ng pagnanasa ay naglalaho, at lahat ng mga kahilingan ay natutupad.

Ang mga makamundong pagnanasa ay nagmumula sa mga maling akala tungkol sa layunin ng buhay. Ang mundong ito ay hindi ang ating tunay na tahanan. Sinasabi sa atin ng mga banal na kasulatan na tayo ay sa Diyos, na tayo ay nilikha ayon sa Kanyang wangis, at ang Kanyang kalooban ay ang pagbabalik natin sa ating banal na pinagmulan. Ang hindi natatanto ng sangkatauhan ay maliban kung ito ay bumalik sa kanyang banal na pinagmulan, mapipilitan itong magsumikap upang matupad ang hindi mabilang na mga pagnanasa. Isipin mo nga! Totoo na hindi maiwasan ng mga tao na magkaroon ng mga pagnanasa, at walang masama sa pagkakaroon ng mga ito. Gayunpaman, karamihan sa mga pagnanasa ng tao ay humahadlang sa katuparan ng sukdulang pagnanais na bumalik sa Diyos. Kaya, ang mga ito ay nakakapinsala sa kaligayahan ng tao.

Maliban kung ang sangkatauhan ay magnanais sa Diyos at matagpuan Siya, patuloy itong mag-aalab sa pananabik para sa anumang iniisip nitong magdudulot ng kaligayahan. Ngunit ang agarang katuparan ng lahat ng mga pagnanasa ay awtomatikong dumarating sa mga nakakahanap sa Diyos.

May dalawang kategorya ng mga pagnanasa: ang mga tumutulong sa atin na mahanap ang Diyos, at ang mga humahadlang sa atin na mahanap Siya. Halimbawa, kung may nagkasala sa iyo, maaari kang makaramdam ng pagnanais na maghiganti.

Gayunpaman, kung malalampasan mo ang pagnanais na ito sa pamamagitan ng paggamit ng mas mataas at mas katanggap-tanggap na kapangyarihan ng pag-ibig, nagamit mo na ang mismong kasangkapan na makakatulong sa iyo na mahanap ang Diyos. Lahat ng pagnanasa ay dapat matupad sa marangal na paraan, dahil kapag natupad ang mga ito sa pamamagitan ng makamundong pamamaraan, dumarami ang mga pagnanasa, kasama ang mga problema at pagdurusa. Kung matututo tayong ialay ang lahat ng ating mga pananabik sa Diyos, gagawa Siya upang matupad ang ating mabubuting pagnanasa at lipulin ang ating mga mapaminsala at mapanirang pagnanasa. Walang mas dakilang proteksyon kaysa sa isang malinis na konsensya, at walang mas mainam na depensa laban sa mga dagok ng buhay kaysa sa pagkakaroon ng marangal at dakila na mga pagnanasa.

Kapag napagtanto natin na ang perpektong imahe ng Diyos ay nananahan sa atin, lahat ng ating mga hangarin ay natutupad. Sa banal na kamalayang iyon, na nakahihigit sa lahat ng kayamanan at kayamanan sa lupa, hindi ka matitinag kahit ibigay mo ang buong mundo. Ang papuri ay hindi magdudulot ng

pagmamalaki sa iyo, ni sisi sa iyo, sapagkat matitikman mo ang kagalakan ng Diyos sa iyong sarili, at iyon ang magiging pinakamahalagang konsiderasyon sa iyong buhay.

Dapat muna nating hingin ang patnubay ng Diyos sa ating mga pagtatangka na makamit ang ating mga lehitimong hangarin, at iyon ang pinakamahusay na paraan upang makakuha ng mga sagot sa lahat ng ating mga panalangin. Ngunit ang pagsusumamo ay dapat alisin sa panalangin. Ang lumang paraan ng panalangin ay dapat baguhin, at dapat tayong bumaling sa Diyos nang may ganap na tiwala at matibay na pananampalataya na dinirinig Niya tayo at ipagkakaloob ang ating mga kahilingan. Hindi nais ng Diyos na talikuran natin ang ating kalooban—kahit na tayo ay nananalangin sa Kanya—dahil ang kaloobang iyon ang pinakamahalagang regalo na natanggap natin mula sa Kanyang mapagpalang kamay, isang sagradong karapatan na inilaan Niya para sa atin mula pa sa sandali ng ating paglikha.

Natural lamang na dapat makilala ang pagkakaiba ng makatwiran at hindi makatwirang mga panalangin at hangarin. Tandaan na ang hangarin ay kapangyarihan; kung kakapit ka sa isang hangarin—mabuti man o masama, kapaki-pakinabang o nakakapinsala—at pinag-iisipan mo ito araw at gabi, mangyayari rin ito kalaunan. Kaya naman, dapat maging maingat at iwasan ang pagkimkim ng mga mapaminsalang hangarin, dahil matutupad ang mga ito at magdadala ng matinding pinsala at di-kanais-nais na paghihirap.

Sa paglipas ng panahon, matutuklasan mo na kahit na natutupad ang iyong mga hangarin, nananatiling walang laman ang iyong puso, at makakaranas ka ng panloob na paghihimagsik. Isipin

na mahina ang iyong sistema ng pagtunaw, ngunit hinahangad mo ang mga pritong pagkain. Siyempre, makakaramdam ka ng sakit tuwing kakainin mo ang mga ito, sa kabila ng kasiyahang nararanasan mo habang nagpapakabusog. Kaya, madarama mo na parang nagkamali ka. Ang karunungan ay nagdidikta ng paggamit ng pag-unawa upang makilala ang mabuti at masamang pagnanasa, at kapag nakamit na ito, ang mga maling pagnanasang iyon ay hindi dapat matupad. Ang mga tao ay nagtataglay ng panloob na kapangyarihan ng pag-unawa at dapat itong palaging gamitin, ginagabayan ang kanilang buhay ayon sa mga utos ng konsensya, na siyang tinig ng Diyos.

Mga hangaring hindi natupad ay nananatili sa puso. Anong masama sa pagkukubli ng mga ito roon? Narito ang sagot:

Ang bawat pagnanasa ay binubuo ng mga partikular na puwersa: mabuti man o masama, o pareho. Kapag ang isang tao ay namatay—kaawaan siya ng Diyos—ang mga puwersang ito ay hindi namamatay sa kabila ng pagkabulok at pagkabulok ng katawan. Sa halip, sinasamahan nila ang kaluluwa saanman ito magpunta sa anyo ng mga purong espirituwal na kapsula. Kapag ang tao ay muling isinilang sa isang bagong pagkakatawang-tao, ang mga kapsula o psychic tablet na ito ay nagpapakita bilang mga tendensiya sa pag-uugali. Kaya, ang isang taong namatay na isang alkoholiko ay nagdadala ng pagkahilig sa alkohol kapag muling isinilang, at ang tendensiyang ito ay nagpapatuloy hanggang sa malampasan nila ang pagnanasa sa alkohol. Nalalapat din ito sa iba pang mga bagay.

Kahit ang pinakamaliit na bata ay nagpapakita ng mga katangiang nakuha mula sa mga nakaraang buhay. Ang ilang mga bata ay dumaranas ng

matinding pag-aalburuto. Ang iba ay may masamang ugali. Siyempre, hindi sila nilikha ng Diyos sa ganitong paraan. Ang mga hindi natupad na pagnanasa mula sa mga nakaraang buhay ang humubog sa mga sikolohikal na tendensiyang ito, at dahil sa mga ito, ang kaluluwa ay tila medyo kakaiba, kahit na ito ay nilikha sa dalisay na wangis ng Diyos. Kung ang wangis ng Diyos ay nabaluktot sa loob ng isang tao sa buhay na ito, maging sa pamamagitan ng galit, takot, o pagnanasa, at ang mga katangiang ito ay hindi nalampasan ngayon, kung gayon ay muling isisilang ang mga ito kasama ang mga ito (o muling isisilang ang mga ito kasama ang mga ito), na dinadala ang pasanin ng mga kahabag-habag na tendensiyang ito hanggang sa malampasan nila ang mga ito sa mga ito o sa hinaharap na mga pagkakatawang-tao. Walang pagtakas mula sa mga ito hanggang sa malampasan ang mga ito.

Kaya naman, mas mabuting tuparin ang lahat ng pagnanasa ngayon o kaya'y lupigin ang mga ito.

Ang pinakamahusay na paraan upang maalis ang mga ganitong pagnanasa nang minsanan at magpakailanman ay sa pamamagitan ng pagdanas ng sukdulang banal na kagalakan. Kung hindi, ang mga pinipigilang pagnanasang ito at hindi natupad na mga pananabik ay magmumulto at magpapahirap sa kaluluwa.

Dapat mapagtanto ng isang tao, sa pamamagitan ng pag-unawa at karunungan, na ang Diyos lamang ang may kakayahang magkaloob ng dalisay at pangmatagalang kaligayahan

Kadalasan, ang mga pagnanasa ay nananatiling nakatago sa walang malay. Maaaring isipin mong naglaho na ang mga ito, ngunit hindi pa; ito ay isa sa

mga misteryo ng buhay, na isa ring malaking misteryo.

Ngunit ang misteryo ay naglalaho kapag sinusuri natin ang buhay at pinagninilayan ang kahulugan nito. Kung uupo ka nang tahimik sa loob ng maikling panahon bawat araw at susuriin ang iyong sarili, matutuklasan mong mayroon kang maraming hindi natutupad na mga pagnanasa. Ang mga pagnanasang ito ay parang mga nakamamatay na mikrobyo na dala-dala ng isang tao saanman sila magpunta, kapwa sa buhay na ito at sa kabilang buhay.

Ang pinakamahusay na paraan ay ang pag-unawa —sa pamamagitan ng matalinong pagpili—sa mga mapaminsalang pagnanasa sa buhay na ito at ituon ang iyong mga pagsisikap sa pagtupad sa iyong mabubuting pagnanasa. Kung nakakaramdam ka ng pagnanais na magpakamatay o gumawa ng anumang mali, dapat mong alisin ang pagnanasang iyon ngayon. Kumbinsihin ang iyong sarili, sa isip at gawa, na mayroon kang kislap ng kabanalan sa iyong kaluluwa, at tandaan na ikaw ay nilikha sa wangis ng Makapangyarihan sa lahat, at samakatuwid ay mayroon kang kapangyarihang malampasan ang iyong pisikal na kalikasan at mga gawi.

Maging mas malaya sa mga luho at mas malayo sa mga pagnanasa, at mananalo ka sa laban ng buhay. Kung ikaw ay dumaranas ng matinding sakit, sikapin hangga't maaari na ilayo ang iyong sarili mula sa pisikal na kamalayan. Sa pamamagitan ng pag-unawa, malalampasan mo ang mga pandama. Ang matalinong pag-unawa ay ang apoy na sumusunog sa mga mapaminsalang pagnanasa at mapanirang mga gana, na ginagawang abo ang mga ito.

Karaniwang gawain ng mga tao ang pag-iimbak ng mga luma, sira-sira, at hindi kinakailangang mga

bagay sa isang sulok ng bahay, at paminsan-minsan ay linisin at linisin ang bahay. Gayundin, sa sulok ng iyong subconscious mind ay maraming mga pagnanasa na may nakatagong pinsala, na maaaring magdulot sa iyo ng malaking problema balang araw kung hindi mo ito haharapin nang maayos.

Mahalaga ang pagsusuri sa sarili sa landas na espirituwal. Maaari kang maging mapoot, magagalitin, o mabilis magalit. Kung gayon, ang mga katangiang ito na nakaimbak sa iyong kamalayan ay resulta ng iyong mga nakaraang pagkilos. Upang linisin ang iyong isipan mula sa makalat at luma na mga muwebles na ito, dapat kang magsimula sa positibo at nakabubuo na mga aksyon at linangin ang pagmamahal sa iba. Kung mas mahal mo ang mga tao, mas mamahalin ka nila, at mararamdaman mo ang kanilang pagmamahal. Ngunit kung pupunahin mo sila, kahit sa iyong sarili, mararamdaman nila ang kritisismong iyon at ibabalik ito sa iyo nang mas malakas!

Kung sakaling namatay na ang isang matandang kaaway, ngunit nagkikimkim ka pa rin ng sama ng loob at poot sa kanya, magdurusa ka dahil sa kapaitan na ito, at ang mga mapaminsalang epekto nito ay makikita sa iyong katawan at isipan. Mas mabuting patawarin mo siya alang-alang sa Diyos, dahil sa paggawa nito, mapapalaya mo ang iyong sarili mula sa masasamang pagnanasa ng paghihiganti na sumisira sa iyong kapayapaan ng isip at sumisira sa iyong katahimikan. Ang pagbubunton ng poot sa poot, o pagtugon sa poot nang may poot, ay hindi lamang nagpapatindi sa poot ng iyong kaaway sa iyo kundi nilalason din nito ang iyong sariling katawan at emosyon bilang resulta. Kaya magpatawad nang may magandang pagpatawad.

Paminsan-minsan, kailangang iwanan ng isang tao ang lahat ng bagay upang mapag-isa, upang mapagnilayan ang layunin ng buhay. Karamihan sa mga tao ay naaanod sa agos ng mga tradisyon at moda. Sa katotohanan, hindi nila tunay na namuhay nang mag-isa, kundi sa buhay ng mundo. Ano ang kanilang nakamit, at saan sila napunta?

Samakatuwid, makabubuting paminsan-minsan ay ilayo ng isang tao ang kanyang sarili sa pang-araw-araw na mga gawain at "tungkulin" upang pakalmahin ang kaguluhan ng kanyang isipan at subukang maunawaan ang diwa nito at matukoy ang layuning nais niyang makamit.

Tandaan na ang pinakadakilang patotoo na maaari mong matanggap ay ang sa iyong konsensya: ang hindi mapagkakamalan at hindi nagkakamaling tinig ng iyong kaluluwa. Ang sinasabi sa iyo ng iyong konsensya ay kung sino ka talaga, nang walang palamuti o pagbabalatkayo.

Isipin ang kapangyarihan ni Hesukristo na nagsabi, "Ama, patawarin mo sila, sapagkat hindi nila alam kung paano gawin ang hindi nila alam"

At isipin ang dakilang Propeta na nagsabi: "Hindi ko ba sasabihin sa inyo kung ano ang makapagtataas ng ranggo ng isang tao?" Sila ay nagsabi: "Opo, O Sugo ng Diyos." Sinabi niya: "Maging matiyaga sa taong walang alam sa iyo, magbigay sa taong nagkakait sa iyo, makipag-ugnayan sa taong pumuputol ng ugnayan sa iyo, at patawarin ang taong nagkasala sa iyo."

Ang pakikinig sa tinig ng iyong naliwanagang konsensya ay magdadala ng liwanag sa iyong landas at pagpapala sa iyong buhay. Kapag nakakaramdam ka ng matinding pagnanasa sa iyong puso na tuparin ang isang hangarin, gamitin ang iyong pag-unawa at

tanungin ang iyong sarili: "Mabuti ba o masamang hangarin ang aking hinahangad na matupad?"

Maraming salik ang nagpapasiklab sa mga pagnanasa ng tao. Kapag nakakakita ang isang tao ng bagong modelo ng kotse, gusto nilang magkaroon ng katulad nito. Kapag nakakakita sila ng bagong istilo ng bahay, gusto nilang magkaroon ng katulad nito. Nagiging popular ang isang bagong trend sa fashion, at hinahangad ng mga tao na bumili at magsuot ng ganoong istilo!

Saan nanggagaling ang mga pagnanasa? Gumugol ako ng maraming oras sa pagninilay-nilay dito Kaya mo bang uriin ang lahat ng iyong mga pagnanasa? Nagawa kong pag-uri-uriin ang lahat ng mga ito at panatilihin lamang ang mabubuti At nang makamit ko ang banal na pakikipag-isa, natuklasan kong lahat ng aking mabubuting pagnanasa ay natupad nang sabay-sabay Ngayon ay may hinahangad ka, at bukas ang iyong kaluluwa ay may hinahangad na iba Ang iyong isip, na nagmumula sa Makapangyarihang Diyos, ay hindi masisiyahan ng mga kayamanan ng mundong ito, at hindi kailanman magiging ganito, dahil, mahal kong kaibigan, nawala mo ang pinakamahalaga at pinakamahalagang kayamanan ng iyong kaluluwa, ang tanging may kapangyarihang masiyahan ang iyong pananabik at tuparin ang iyong mga pagnanasa Ang nawawalang kayamanang iyon ay ang Diyos

Totoo na may ilang mabubuti o kinakailangang mga hangarin, at dapat kang magsikap upang matupad ang mga ito. Ngunit habang nagsisikap na matupad ang iyong mas maliliit na hangarin, huwag kalimutang tuparin muna ang iyong pinakadakilang hangarin sa Diyos. Ang paniniwala na ang mas maliliit na hangarin at mga tungkulin ay dapat munang matupad ay isang ilusyon at isang panlilinlang.

Naaalala ko pa rin sa simula ng aking espirituwal na paglalakbay na ako ay isang procrastinator at hindi regular na nagmumuni-muni, kahit na paulit-ulit kong sinasabi sa aking sarili na maglalaan ako ng oras para dito. Lumipas ang isang buong taon nang ganito bago ko napagtanto na hindi ko natupad ang ipinangako ko sa aking sarili. Agad akong nangako sa aking sarili na ang unang bagay na gagawin ko sa umaga ay maghugas at pagkatapos ay magnilay-nilay sa Diyos. Marami ang mga pang-araw-araw na gawain noong panahong iyon, at hindi madaling takasan ang mga ito, kahit sa maikling panahon. Kaya, nagpasya akong gampanan muna ang aking mga espirituwal na tungkulin. At sa gayon, natuto ako ng isang malaking aral: ang aking tungkulin sa Diyos ang inuuna, at saka ko lamang inaasikaso ang iba pang mga hindi gaanong mahahalagang tungkulin.

Bakit bubuksan ng Diyos ang mga pintuan ng kawalang-hanggan sa sangkatauhan kung inuuna ng sangkatauhan ang ibang mga tungkulin at pagsasaalang-alang kaysa sa Diyos? Naglagay ang Diyos ng mga espirituwal na pakpak sa loob natin at inaasahan tayong lilipad sa mga lupain ng espiritu. Ang mga pakpak na ito ay ang ating mga espirituwal na pananabik, ang ating matatayog na kaisipan, at ang ating taos-pusong pananabik para sa ating banal na pinagmumulan.

Hanapin muna natin ang Diyos. Hindi matalinong bigyan ng lubos na kahalagahan ang mga tungkulin sa lupa, sapagkat maaaring tawagin ni Azrael ang kaluluwa anumang oras, at pagkatapos, lahat ng tungkulin, pangako, alalahanin, at obligasyon ay titigil at magtatapos magpakailanman. Kaya bakit kakapit nang mahigpit sa buhay?

Iniisip ng isang tao na siya ay nagtatamasa ng seguridad at kapayapaan ng isip, ngunit biglang nawalan ng mahal sa buhay, o nawala ang kanyang kalusugan o trabaho, at ang seguridad at kapayapaan ng isip ay nasasayang!

Kay laki ng pagmamahal ko sa aking ina! Akala ko'y lagi niya akong makakasama, ngunit bigla kong natuklasan na iniwan na niya ako noong bata pa ako! Hindi natin dapat katakutan ang kamatayan, bagkus ay maging handa tayo para dito.

Ang buhay ay hindi ang tila nakikita. Huwag mong ilagak ang iyong tiwala rito, sapagkat ito ay pabagobago, mapanlinlang, at puno ng mga pagkabigo at mga nasirang pag-asa. Hindi matatagpuan ang perpekto rito. Ayokong bigyan ka ng hindi makatotohanang larawan ng buhay. Ang mundong ito ay hindi paraiso. Ito ay isang banal na laboratoryo kung saan sinusubok ng Diyos ang mga kaluluwa upang makita kung malalampasan nila ang masasamang pagnanasa gamit ang kabutihan at gagawin Siya—ibig sabihin, gagawin ang Diyos—na kanilang pinakamalaking hangarin, upang sila ay makabalik sa Kanyang kaharian.

Ang buhay ay puno ng lahat ng uri ng trahedya at komedya, mga kalamidad at kagalakan Ito ay isang malawak, patuloy na nagbabago, at masiglang tapiserya ng hindi mabilang na anyo Walang dalawang bagay na magkapareho Ang buhay ng bawat tao ay natatangi Ang bawat indibidwal ay may iba't ibang katangian, iba't ibang pag-iisip, at iba't ibang pagnanasa Kung tayo ay dumaranas ng parehong mga pagsubok araw-araw, tayo ay mapapagod at mababagot Kahit ang Paraiso, kung ito ay palaging pareho, ay mawawalan ng kaakit-akit Gustung-gusto natin ang iba't ibang uri at

pagkakaiba-iba Ang umiiral na tradisyonal na konsepto ng Paraiso ay ganap na mali Kung ito ay tunay na nakakapagod, ang mga santo at banal na tao ng Diyos ay nananalangin na bumalik sa Daigdig upang aliwin ang kanilang mga sarili! Ang Paraiso ay patuloy na binabago sa pinakakaaya-ayang paraan, habang ang Daigdig ay madalas na patuloy na binabago, ngunit sa isang nakakapagod at hindi kanais-nais na paraan

Gayunpaman, sa kabila ng katotohanang ang buhay ay nakakapagod at mahirap, karamihan sa mga tao ay nasasanay na rito, naniniwalang wala nang ibang paraan para mabuhay. Dahil hindi nila kayang ihambing ang buhay na ito sa espirituwal na buhay, hindi nila natatanto ang lawak ng sakit at pagod na nakatago sa loob ng mundong ito.

Sa totoo lang, ang buhay ay hindi totoo Ito ay libangan lamang, wala nang iba Kung paanong ang mga lumang pelikula ay paulit-ulit na ipinalalabas, gayundin ang mga lumang pangyayari ay nauulit sa iba't ibang anyo At sa kabila ng walang katapusang pagpapatuloy ng buhay, ang mga temang ipinakita sa mga nakaraang pelikula ay paulit-ulit na ipinapaulit-ulit Tunay nga, ang kasaysayan ay nauulit, at ang mga tao ay mga artifact lamang sa mga museo ng panahon.

Hayaang ilabas ng buhay ang mga sorpresa nito, tanggapin ang mga ito nang may kagalakan, pagiging obhetibo, at paglayo, nang hindi naaapektuhan ng emosyon, na parang nanonood ng pelikula. Ang taos-pusong pagtawa ay isang kahanga-hangang lunas para sa lahat ng karamdaman ng tao.

Dapat mong harapin ang buhay nang may kagaanan at ginhawa. Ito ang natutunan ko mula sa aking guro. Sa simula ng aking espirituwal na

pagsasanay sa kanyang ermitanyo, ginampanan ko ang aking mga tungkulin nang may matamlay na mukha, hindi kailanman nakangiti. Isang araw, napansin ito ng aking guro at sinabi, "Kung loloobin ng Diyos, maayos ang lahat! Nasa isang libing ka ba? Hindi mo ba alam na ang paghahanap sa Diyos ay nangangahulugan ng pagtatakip sa mga alalahanin at pagbabaon ng lahat ng kalungkutan? Huwag mong seryosohin ang buhay."

Itinuro niya sa akin na tungkulin ng tao na itaas ang kanyang isipan kaysa sa lahat ng makamundong pang-abala at problema upang matagpuan niya ang ganap na kalayaan sa Diyos.

Dapat mapanatili ang balanse sa tuwa at lungkot, tubo at pagkalugi, tagumpay at kabiguan upang harapin ang mga hamon ng buhay nang may katapangan at tiwala sa sarili.

Ang pagpapanatili ng panloob na kapayapaan sa kabila ng lahat ng pangyayari ang pinakamahusay na paraan upang malampasan ang mapanlinlang na mga pagnanasa. Ito ang natutunan ko mula sa mga dakila na hindi naapektuhan ng mga pagbabago ng panahon, ngunit nanatiling matatag at hindi nagbabago hanggang sa wakas. Maging ang mga propeta, nang sila ay pahirapan, ay hindi nawala ang kanilang sagradong kamalayan, ni hindi nila hinayaan ang sinuman na nakawin ang pag-ibig ng Diyos mula sa kanila. Ang espirituwal na kagalakan ay isang pinagpalang proteksyon at ang pinakadakilang kuta sa lahat. Sa gitna ng mga pagsubok at paghihirap, tandaan ang mga biyayang ipinagkaloob sa iyo ng Diyos. Ang iyong kaluluwa ay isang sagradong templo ng Diyos. Hindi mo dapat hayaang madumihan ng kadiliman ng kamangmangan ang dalisay na lugar na iyon. Kay gandang mapunta sa isang estado ng

espirituwal na kamalayan, pinarangalan, marangal, ligtas, at payapa! Huwag matakot at mapoot sa sinuman. Ibigay ang iyong pagmamahal sa lahat. Damhin ang pag-ibig ng Diyos at makita ang Kanyang presensya sa lahat ng tao, at hayaan ang iyong pinakamalakas na pagnanais na maging Kanyang patuloy na presensya sa iyong puso. Ito ang paraan upang mamuhay nang may kapayapaan at katahimikan sa mundong ito. Ngunit mahirap tikman ang kasiyahanang ito sa sarili hangga't ang mabangis na hangin ng mga pagnanasa ay umiihip sa oasis ng puso at marahas na inaalog ang mga puno nito.

Ang mga pagnanasa ay hinuhubog ng kapaligiran ng isang tao. Ang mga ito ay nagmumula sa ating mga pandama at nililimitahan ng mga limitasyon ng mga pananaw na iyon. Ang pagdalo sa isang perya sa kanayunan ay natutugunan ang isang pagnanais para sa ilang katuwaan, ngunit pagkatapos bumisita sa isang eksibisyong pang-world-class at makita ang lahat ng iba't ibang mga display, nawawala ang alindog at kaakit-akit ng maliit na perya. Kaya, dapat muna nating maranasan ang kagalakan ng pakikipag-isa sa Diyos upang maihambing natin ang kagalakang iyon sa mas mababang mga kasiyahan sa lupa. Kung gayon, ang mga pagnanasa ay magiging mas mataas ang kalikasan. Ang pagnanasa ay walang hanggan; kapag natupad ang isang pagnanasa ay may iba nang pumalit. Ngunit kapag nahanap mo na ang Diyos, lahat ng iyong mga pagnanasa ay natutupad.

"Hanapin muna ninyo ang kaharian ng Diyos, at ang kanyang katuwiran, at ang lahat ng mga bagay na ito ay ibibigay sa inyo (At ang nasa Diyos ay mas mabuti at mas tumatagal)" Kaya bakit hindi muna hanapin ang katuparan ng pinakadakilang pagnanasang iyon

at tanggapin mula sa mapagbigay na kamay ng Diyos ang pinakamahusay at pinakamatagal?

Kapag sinagot ng Diyos ang panalangin ng naghahanap na makilala Siya, lahat ng iba pa niyang mga hangarin ay matutupad agad at magpakailanman.

May mga taong iniisip na wala silang pagnanasa. Sige!

Napansin ko ang madalas na nangyayari kapag pumupunta ang mga tao sa palengke. Maaaring wala silang tiyak na pagnanais na bumili, ngunit biglang may pumukaw sa kanilang atensyon at naiisip nila, "Ah oo, kailangan ko itong bilhin!"

Kahit hindi nila ito agad bilhin, nananatili ito sa kanilang isipan araw at gabi hanggang sa sa wakas ay mabili nila, kahit na kailangan pa nilang manghiram ng pera. Nasisiyahan sila rito nang pansamantala, ngunit unti-unting nawawala ang kaakit-akit nito at nababawasan ang saya ng pagmamay-ari nito, kaya may iba pa silang hinahangad, at iba pa.

Minsan may nakakasalubong tayong isang taong nagsasabing: "Ah, kung mayroon lang sana akong ganito at ganoong halaga ng pera (o isang espesyal na modelo ng kotse o isang swimming pool o o o)" at sa sandaling matupad ang hangaring iyon, isa na namang pananabik ang lilitaw para sa isang bagong bagay.

Ang mga pagnanasa ng tao ay likas na hindi perpekto, at samakatuwid ay hindi nila kayang makamit ang ganap na kaligayahan para sa kanilang mga may-ari.

Susubukan ng mundo na ilihis ang iyong atensyon mula sa pag-alala na ang tanging tunay na kapaki-pakinabang na hangarin ay ang mahanap ang Diyos. Ngunit dapat mong ipaalala ito sa iyong sarili araw-

araw. Kapag nagpasya ang isang tao na huminto sa paninigarilyo, tumigil sa labis na pagkain, tumigil sa pagsisinungaling, o tumigil sa pandaraya, dapat silang maging determinado sa kanilang desisyon at hindi mag-alinlangan. Ang masamang kapaligiran ay sumisira at nagpapahina sa kalooban, na lumilikha ng mga maling pagnanasa sa loob ng isang tao. Kinukuha nito ang pinakamahusay mula sa kanila at binibigyan sila ng pinakamasama. Ang mga namumuhay kasama ng mga magnanakaw ay naniniwala na ito lamang ang paraan upang mabuhay. Ngunit ang pakikisama sa mabubuting tao ay nagdidirekta sa isip patungo sa mas matataas na bagay, upang ang mga maling pagnanasa ay hindi na matukso ang isang tao. Lahat ng bagay sa buhay na ito ay maaaring magbago at magbago. Ngunit ang ilang sandali ng malalim na pagmumuni-muni o pag-aaral at pagninilay-nilay sa mga dalisay na espirituwal na paksa ay magiging isang mapagkukunan ng inspirasyon, na magdadala sa taimtim na naghahanap sa karagatan ng panlilinlang at ilusyon patungo sa mga banal na baybayin kung saan "walang pagkapagod ang hahawak sa kanila roon, ni hindi sila mapapalayas mula roon."

(Ang pinakadakilang pahinga ay inihanda para sa mga nagpakahirap, at ang hindi nag-aksaya ng anumang pagsisikap sa paghahanap ng katotohanan ay siyang nagtagumpay nito)

Ang tunay na kaligayahan ay nakasalalay sa pananabik sa Diyos at patuloy na pag-iisip sa Kanya. Sa pamamagitan ng pagtitiyaga, darating ang panahon na ang kaisipang iyon ay magiging matatag at hindi natitinag na walang pisikal, mental, o emosyonal na paghihirap ang makakapaglihis ng iyong kamalayan mula sa Diyos. Hindi ba't kamangha-

mangha ang mamuhay nang may kamalayan sa Diyos, iniisip Siya at nadarama Siya sa lahat ng oras, at manatili sa santuwaryo ng Kanyang hindi maaaklas na presensya, kung saan ang kamatayan o anumang bagay ay hindi makakaagaw ng iyong panloob na kapayapaan? (Yaong mga naniniwala at ang mga puso ay nakakatagpo ng kapahingahan sa pag-alaala sa Diyos. Katotohanan, sa pag-alaala sa Diyos nakakatagpo ng kapahingahan ang mga puso)

Kapag naging ligtas ka sa lahat ng pagnanasa, matatamasa mo ang walang hanggang presensya

Tunay ngang kakaiba ang buhay, dahil lahat ng bagay ay maaaring magbago Kaya't, hindi dapat iangkla ang barko ng kaligayahan sa nagbabagong buhangin ng buhay na ito Lilipas din ang ating panahon, at ang nakikita natin ngayon ay mawawala balang araw. Ang pagbabago ay katanggap-tanggap hangga't hindi mo ito hahayaang makapinsala sa iyo. At kapag nakapinsala ito sa iyo, ang panloob na kaguluhan na iyong nararanasan ay isang mensahe sa iyo na huwag magpadaig sa mga pagnanasa. Kapag ikaw ay ligtas sa banal na espiritu, tinatamasa mo ang lahat nang walang pagkakabit o pag-asa. Samakatuwid, ang pagsisikap na makilala Siya ay napakahalaga para sa mga nagmamalasakit; kung hindi, ang buhay ay magiging isang mapaminsalang pagkabigo, na sisira sa mga pag-asa sa isang kakila-kilabot na paraan.

Nang bumalik ako sa India noong 1935, umaasa akong mabisita ang mga lugar na minahal ko noong bata pa ako, ngunit pagdating ko, natuklasan kong nagbago na ang lahat. Ang yugto ng buhay ay muling inayos sa ibang paraan. Ang pinakamalaking pagkadismaya at pagkabigla ay dumating nang bumisita ako sa aking lumang bahay sa Aykapur,

kung saan ako naglalaro at nanonood ng mga ibon. lisa na lamang ang puno na natitira sa lahat ng aking naaalala. Ganoon talaga ang buhay! Ang mga pamilyar at minamahal na bagay ay isa-isang nawawala sa aming paningin. Handa akong ibigay ang lahat upang makita ang aming bahay tulad ng noong aking pagkabata. Gayunpaman, ipinagkaloob ng Diyos ang aking hiling, dahil kalaunan ay nakita ko ang bahay sa isang pangitain, kung saan kami ay lumangoy sa pool, at pagkatapos ay umakyat ako sa itaas, humiga sa kama, at kumain ng mangga, tulad ng ginawa ko maraming taon na ang nakalilipas.

Ang mga pagnanasa ay dapat na suriin at suriing mabuti, ayusin nang mabuti, at tanging ang mabubuti lamang ang dapat panatilihin, at kahit ang mabubuting pagnanasang iyon ay huwag hayaang pigilan ang pinakamahalagang pagnanasa para sa Diyos.

Ang pagnanasang iyon ay dapat manatiling buhay at nag-aalab, at hindi dapat hayaang maglaho o mamatay. Ang tao ay nasa ilalim ng isang malaking ilusyon kapag hinihiling niya sa Diyos na tuparin ang kanyang mga makalupang pagnanasa ngunit hindi niya hinihiling sa Kanya na ipakita ang Kanyang sarili sa kanya. Isipin ang isang bata na patuloy na hinihiling na ibigay ng kanyang mga magulang ang kanyang mga kahilingan, at kung hindi man ay hindi nagtatanong tungkol sa mga ito o iniisip ang mga ito. Iyon ay kawalan ng utang na loob at pagtanggì sa kanilang kabaitan, at doon ay may aral para sa mga nagmumuni-muni.

Kapag inilapat ang aklat na ito ng buhay, ang isa ay sasamahan lamang ng espirituwal na kaalamang natamo sa panahon ng kanyang paglalakbay sa lupa. Samakatuwid, ang Diyos ay dapat manatiling laging

nasa isipan ng isang tao, patuloy na nananawagan sa Kanya at hindi Siya kailanman kalilimutan kung ang isa ay tunay na nag-aalala tungkol sa kanyang espirituwal na kinabukasan. Kapag tayo ay nakikipag-ugnayan sa Diyos, matutuklasan natin na ang lahat ng mga hangarin ay natutupad sa isang mahiwagang paraan. Ngunit dapat muna nating hanapin ang Diyos. Siya ay mapagbigay at ibinigay sa atin ang lahat, ngunit matatagpuan lamang natin Siya kapag hindi tayo kuntento sa Kanyang mga kaloob kundi bumaling sa Tagapagbigay mismo. Makikilala natin Siya hangga't tayo ay taos-puso sa ating paghahangad, taimtim sa ating pagnanais na mapalapit sa Kanya at maranasan ang Kanyang pinagpalang presensya.

Ang pinakamalaking balakid na kinakaharap ng isang tao ay ang kanilang sariling sarili. Kapag sinusubukan nilang umupo nang tahimik at pagnilayan ang mga espirituwal na bagay, biglang lumilitaw ang mga makamundong kaisipan, na gumagambala sa kanila at pumipigil sa kanila na makamit ang kanilang layunin. Dapat nilang sanayin ang kanilang sarili na kontrolin ang kanilang mga iniisip at katawan, at sa paggawa nito, magdadala sila ng isang nadadalang paraiso sa kanilang kaluluwa. Sa buhay o kamatayan, sa langit o impyerno, ang sukdulang kaligayahang iyon ay sasamahan sila.

Dapat tayong manalangin sa Diyos nang taimtim, ibinubuhos ang ating matinding pananabik, humihingi sa Kanya sa wika ng puso, ng pananabik ng kaluluwa, at ng mga bulong ng konsensya, upang marinig Niya tayo at masagot tayo. Ngunit kung ang isang tao ay nananalangin nang bahagya at kasabay nito ay nag-iisip ng ibang bagay—isang bagay na alam ng Diyos

na hindi ang pangunahing pinag-aalala ng taong iyon —hindi Niya sasagutin.

Kailangan muna natin ang Diyos. Ngayon na ang panahon. Hindi tayo dapat maghintay, dahil ang mga ilusyon ay napakalakas. Mabilis lumilipas ang buhay, at nakakahiya ang lisanin ang mundong ito nang hindi nalalaman ang layunin ng buhay. Dapat tayong magnilay-nilay tuwing may libreng oras tayo. Kahit na hindi nasagot ang iyong mga panalangin sa simula, huwag mawalan ng pag-asa sa awa ng Diyos, ngunit patuloy na magsumamo. Manalangin nang taimtim at magtiwala na sasagutin ang iyong panalangin.

Nasaksihan ko sa buhay ko ang pinakadakilang patunay ng pagtugon ng Diyos sa panalangin. Ngunit ang ganitong tugon ay nangangailangan ng pagsisikap, sapagkat walang makabuluhang bagay ang dumarating nang walang pagsisikap. Ang pagmumuni-muni ay mahalaga upang mailantad ang mga hiwaga ng buhay at makapasok sa kaharian ng Diyos.

Ang masasamang gawi at iba pang mga pang-abala ay susubukang pahinain ang iyong mga pagsisikap at magpahina ng iyong determinasyon. Ngunit kung nais mong maging masaya, ituon ang iyong mga iniisip sa Diyos, at matatagpuan mo Siyang malapit sa iyo.

Ang mga pagnanasa para sa mga kalayawan sa lupa ay lumilikha ng isang magnetikong hatak na umaakit sa isang tao sa mundong ito, ang buhay pagkatapos ng kamatayan. Ang pagbabalik sa laman ay nagiging hindi na kailangan para sa mga natagpuan ang kanilang mga hangarin sa Diyos. Sa tuwing nais nilang matupad ang anumang pagnanasa, naiisip nila ito, at ito ay nagpapakita sa kanilang harapan. Ang aking ina ay nagpapakita sa akin

pagkatapos ng kanyang kamatayan, at ako ay naaliw nang makita ko siya at nagpasalamat sa Diyos para sa Kanyang kabutihan. Tunay nga, Siya ang Pinakamapagbigay at Pinakamaawain. Tinutupad Niya ang ating mga hangarin upang ipakita ang Kanyang pagmamahal at pasasalamat sa atin kapag binibigyan natin Siya ng unang lugar sa ating mga puso.

Kapag ang isang tao ay nakarating sa Diyos, sila ang nagiging panginoon ng buhay at tadhana. Hindi tayo dapat tumigil hangga't hindi matatag na naitatag ang banal na presensya sa ating buhay. Ipagkakaloob Niya sa atin ang lahat ng ating inaasam at susubukin Niya tayo.

Marami at malalaki ang mga pagsubok at balakid sa espirituwal na landas, ngunit habang dumadaan tayo sa mga pagsubok na iyon at nalalampasan ang mga balakid na iyon, dapat nating sabihin: “O Panginoon, sinagot Mo ang aking mga panalangin at tinupad ang aking pinakadakilang mga kahilingan, kaya't ang aking puso ay yumayaman sa Iyong presensya at ang aking kaluluwa ay nagniningning sa Iyong liwanag”

Sumainyo ang kapayapaan

Mula sa mga kasabihan ng gurong si Paramhansa

Yogananda

Nagrereklamo ang mga tao tungkol sa ideya ng pagsuko sa ilang mga bagay sa buhay, kahit na sa katotohanan ay maraming mahahalagang bagay ang isinusuko nila, isa na rito ang kapayapaan ng isip, at kung minsan ay isinasakripisyo pa nila ang kanilang sarili para sa pera, na .maaaring mapinsala at mawala

Isuko ang inyong mga sarili sa Diyos at matutuklasan
ninyo na ang inyong buhay ay naging parang isang
magandang ritmikong himig

Ituon ang iyong atensyon mula sa mundong ito patungo
sa malawak na kaharian ng Diyos na nasa loob mo

Sa barko ng katahimikan, maaari kang maglayag
patungo sa mundong lampas sa ating mga pangarap kung
saan ang banal na bukal ay dumadaloy nang walang tigil
.mula sa kaibuturan ng puso at kaluluwa

Panginoon, tulungan Mo akong gampanan ang aking
bahagi sa buhay sa paraang ikalulugod Mo, mahina man ako
o malakas, may sakit o malusog, sikat o hindi, mayaman o
mahirap, dahil alam Mong mahal Mo ako at hindi Mo ako
.pababayaang kailanman

Ang kayamanan ay maaaring kunin mula sa isang tao, o
maaari rin silang kunin mula rito, sa kanilang paglisan sa
mundong ito, at hindi nila ito madadala. Ang tunay na halaga
nito ay nakasalalay sa paggastos nito sa mga kapaki-
pakinabang na gawain at sa pagdadala ng kaligayahan sa
sarili at sa iba sa paraang nakalulugod sa Diyos at sa
.konsensya ng isang tao

Ang mga taong iniisip lamang ang sarili nilang seguridad
at ginhawa, nalilimutan o binabalewala ang mga
pangangailangan ng iba, sa katotohanan ay nanliligaw sa
kahirapan na darating sa kanila balang araw. Ang mga taong
kumakapit sa kanilang kayamanan sa halip na gamitin ito sa
mabubuting gawa ay hindi nagdadala ng kasaganaan sa
kanilang buhay kabilang buhay; sila ay ipinanganak na
mahirap, taglay ang mga pagnanasa at pagnanasa ng
mayayaman. Ngunit ang mga taong nagbabahagi ng
kanilang kasaganaan sa iba ay umaakit ng kabutihan at
.kasaganaan saanman sila magpunta

Kapag kusang-loob kang nagbigay sa mga karapat-
dapat, matutuklasan mo na ang Diyos ay laging kasama mo
at hindi ka niya iiwan at wala kang kakailanganin. Hindi natin
dapat kalimutan na ang ating buhay ay direktang
sinusuportahan ng Diyos at kapag napagtanto natin na ang
ating mga isipan, kalooban, at mga gawain ay nakasalalay
lahat sa Diyos at kumukuha ng lakas mula sa Kanya,
makakatanggap tayo ng direktang patnubay mula sa Kanya
at matatanto natin na ang ating buhay ay kaisa ng Kanyang
.walang hanggang buhay

Ang meditasyon ay nagbibigay ng patunay ng
pagkakaroon ng Diyos. Kapag ang mga alon ng pandama ay
naalis na sa lawa ng isipan, ang banal na kaligayahan ay
bumubukal mula sa kaluluwa. Ang kaligayahang ito ay
.umiiral na sa loob ng kaluluwa, ngunit ito ay natatakpan
O, Panginoon Gagamitin ko ang aking lakas ng loob at
talino upang maisakatuparan muna ang maliliit na bagay at
.pagkatapos ay lilipat ako sa mas malalaking tagumpay
Kahit na makamit ang lahat ng materyal na ambisyon,
nagbibigay lamang ito ng hindi kumpletong kaligayahan —
at sa pamamagitan ng paghahanap sa Diyos, matutuklasan
ko ang hindi mauubos na imbakan ng kagalakan. At hindi ito
tumitigil sa pag-agos at pagtakbo sa mga hardin at mga
.luntiang parang ng kaluluwa

Bahay: Victory Square

Kung ang isang tao ay gumugugol ng kanyang buhay sa
paghahabol sa isang kilig pagkatapos ng isa pa, hindi niya
kailanman mararanasan ang tunay na kaligayahan. Dapat
siyang mamuhay nang simple at harapin ang buhay nang
may kagaanan. Maipapayo sa isang tao na gumugol ng oras
nang mag-isa, pagninilay-nilay sa kanyang sariling mga kilos
paminsan-minsan, at pagsasanay ng panloob na
kapayapaan, na nagdudulot ng paggaling, pagpapabata, at
.panibagong lakas

Kung ang mga pang-abala ay palaging naroroon at ang iba pang mga stimuli ay sumasalakay sa mga pandama, ang mga nerbiyos ay magdurusa bilang resulta, malaking halaga ng mahalagang enerhiya ang masasayang, at ang kaluluwa ay makakaramdam ng tensyon at pagkabalisa. Bukod pa rito, hindi dapat labis na mag-alala sa pagwawasto ng iba; sa .halip, dapat iwasto ang sarili bago subukang iwasto ang iba

Dapat malaman ng lahat na ang tahanan ang pinakamalaking larangan ng digmaan. Ang isang taong parang anghel sa kanyang tahanan ay magiging anghel din .kahit saan

Ang tamis ng tinig at ang kapayapaang ipinahihiwatig ng marangal na pag-uugali ay higit na kailangan sa tahanan kaysa saanman

Kung paanong ang kadiliman ay hindi maaaring manatili kung saan sumisikat ang liwanag, gayundin ang kadiliman ng sakit ay dapat maglaho kapag ang liwanag ng Diyos ay sumisikat sa mga selula ng katawan, at kakaunti ang .nakakaalam ng katotohanang ito

Kapag ang mga tao ay nakakaramdam ng matinding pagnanais na gumaling, sila ay nananalangin nang may pusong nababagabag O may pakiramdam ng kawalan ng pag-asa, na inaakala na hindi pakikilingan ng Diyos ang kanilang mga panalangin O nananalangin sila ngunit hindi naghihintay Upang malaman nila kung ang kanilang mga .panalangin ay nakarating na sa Diyos

Kung paanong hindi maaaring makinig sa musikang ipinapalabas sa himpapawid gamit ang isang may sira na receiver, hindi rin maaaring makuha ng isang tao ang mga bibrasyon ng kalusugan, lakas, at karunungan na nagmumula sa Diyos gamit ang isang aparatong saykiko na hindi gumagana nang maayos dahil sa mga takot, pag-aalala, at lahat ng uri ng pagkabalisa, pagdududa, at .kawalan ng katiyakan

Panginoon, alalahanin at pasalamatang ka namin sa oras
ng pangangailangan at kasaganaan, sa sakit at kalusugan,
sa dilim at liwanag, at sa lahat ng pagkakataon. Alalahanin
namin nang may pasalamat ang mga araw ng kagalingan
na ipinagkaloob Mo sa amin. Tulungan Mo kaming buksan
ang mga mata ng pananampalataya upang makita namin
ang Iyong pinagpalang liwanag, na nagpapagaling sa lahat
.ng karamdaman

Ako ang kapitan ng aking barko ng mabubuting
kaisipan, ang aking mabuting kalooban, at ang aking
mabunga at kapaki-pakinabang na gawain. Ako ang
magpapatnubay sa barko ng aking buhay, na laging
nakatuon ang aking mga mata sa nagniningning na planeta
ng kapayapaan sa kalangitan ng aking malalim na
.pagmumuni-muni

Gagamitin ko ang aking mga kasanayan sa malikhaing
pag-iisip upang magtagumpay sa lahat ng aking ginagawa.
Tutulungan ako ng Diyos kung susubukan ko ring tulungan
.ang aking sarili

Ngayon ay aararin ko ang hardin ng buhay nang may
panibagong pagsisikap at itatanim ito ng mga buto ng
karunungan, kalusugan, kasiyahan, at kaligayahan. Didiligan
ko ang mga buto nang may pananampalataya at tiwala sa
sarili, at hihintayin ko ang biyaya ng Makapangyarihan
upang bigyan ako ng makatarungang ani. Kahit na hindi ko
anihin ang inaasahang ani, mananatili akong
nagpapasalamat at nagpapasalamat sa kapayapaan ng isip
.na nagmumula sa pagsisikap na gawin ang aking makakaya
Magpapasalamat ako sa Diyos na kaya kong patuloy na
sumubok hanggang sa magtagumpay, sa pamamagitan ng
Kanyang biyaya. At magpapasalamat ako sa Kanya kapag
nakamit ko ang pinakadakilang hangarin ng aking puso.

Sisikapin kong gumawa lamang ng mga marangal at
karapat-dapat na gawain, na hinahangad ang kaluguran ng
.Diyos

Ang mundo ay puno ng mga natural at pantaong bagyo, at ang Diyos ang matibay na kalasag at ligtas na kanlungan mula sa mga bagyo, unos, at kasamaan ng mundong ito. Saanman naroon ang Diyos, walang takot o kalungkutan.

Ang tunay na mananampalataya ay matatag at may pagmamalaki sa laban ng buhay at sa pakikibaka ng mga pangyayari, tiyak na ang Diyos ay kasama niya, pinoprotektahan siya mula sa kapahamakan at hindi siya kailanman iniwan kahit isang sandali. Kaya, ang takot ay naglalaho sa kanyang puso at ang katiyakan ay nananatili, .isang proteksyon na hindi maaaring ipataw

Ang hindi pagkatakot ay nangangahulugan ng pagkakaroon ng pananampalataya sa Diyos at sa Kanyang proteksyon, at pagkakaroon ng pananampalataya sa Kanyang katarungan, karunungan, awa, pag-ibig, at pagiging .nasa lahat ng dako

Ang takot ay nag-aalis ng sikolohikal na lakas ng isang tao, nagpapalabo sa kanilang isipan, at nagpapahina sa natural na ritmo ng puso. Bukod pa rito, ang takot ay maaaring magdulot ng mga pisikal na kaguluhan at mga sakit na sikolohikal. Sa halip na magpadala sa pagkabalisa at sikolohikal na pagkakakulong, dapat tiyakin ng isang tao sa kanyang sarili na siya ay ligtas sa pangangalaga ng Diyos, ang Nakakakita sa Lahat, ang Nakakarinig sa Lahat, ligtas sa Kanyang di-magagaping kuta, at napapaligiran ng Kanyang .awa at pangangalaga

Maging sa gubat ng Africa, sa larangan ng digmaan, nagdurusa sa sakit o kahirapan, dapat kumbinsihin ang sarili na ang kamay ng Diyos ay mas malakas kaysa sa anumang panganib at may kakayahang protektahan ang mga taong humihingi ng kanlungan sa Kanya. Wala nang mas epektibong paraan ng proteksyon. Siyempre, dapat gumamit ng pangangatwiran sa pagharap sa mga pangyayari habang

kasabay nito ay may ganap na pananampalataya sa banal na tulong. Ang pananampalataya ay hindi kailanman nangangahulugan ng pagiging pabaya o pagkilos nang hindi matalino sa harap ng kahirapan. Sa halip, anuman ang mangyari, dapat tiyakin ng isa sa sarili na ang Diyos lamang ang may kakayahang tumulong sa mahirap at mahihirap na sitwasyon kung ang isa ay babaling sa Kanya nang buong puso, kaluluwa, at pandama

Kapag ang mga kahirapan ay dumating na parang isang avalanche, hindi natin dapat hayaang maparalisa nito ang ating kalooban o malabo ang ating malinaw na pananaw at matalino at lohikal na pamamaraan. Sa halip, dapat nating panatilihin ang ating pananampalataya sa Diyos at ang ating likas na pakiramdam ng tama at mali, at magsikap na makahanap ng paraan palabas. Sa tulong ng Diyos, matatagpuan natin ito. Sa huli, bubuti ang mga bagay-bagay dahil ang kapangyarihan at mga kababalaghan ng Diyos ay nakatago sa likod ng mga kontradiksyon ng buhay ng tao. Ang mga hindi tumatanggap sa hindi maiiwasang mga pangyayari at sa halip ay sumusubok na tumagos sa kabila ng tabing gamit ang kanilang talino at pananampalataya ay makakatuklas na ang pinto ay bukas para sa kanila—isang pinto na kinakatok ng bawat kamay na naniniwala

Ang buhay ay nababalot ng kadiliman, at kung minsan ay natitisod at nag-aalangan tayong sumulong. Dapat nating hayaang ang liwanag ng Diyos ang maging gabay nating lampara habang tayo ay naglalakad sa madilim na landas ng buhay. Ang Diyos ang kabilugan ng buwan sa mga gabi ng kamangmangan at kadiliman, ang araw ng ningning sa mga oras ng paggising, ang tanglaw ng patnubay, at ang gabay na bituin para sa mga tumatawid sa mga karagatan ng makalupang at panandaliang pag-iral

Mananatili ang mga problema sa mundo, kaya saan makakahingi ng gabay at direksyon ang isang tao? Ang mga iniisip ng isang tao, na naimpluwensyahan ng mga gawi, pagtatangi, pagkiling, at panatismo, ay walang silbi, at ang mga impluwensya ng kanyang kapaligiran, pamilya, bansa, o mundo ay hindi kayang magbigay ng tunay na gabay.

Samakatuwid, dapat bumaling ang isang tao sa Diyos at makinig sa mahinahon at payapang tinig na nagmumula sa kaibuturan ng kaluluwa, isang tinig na naaayon sa .katotohanan

Ang pagkakaiba sa pagitan ng mental na pagmumuni-muni at espirituwal na pagninilay-nilay

Kung pinoprograma ng isang tao ang kanilang sarili gamit ang kaalamang teoretikal, sila ay nagiging parang isang naglalakad na tagapagtala, na inuulit ang mga kawikaan at matatayog na parirala, at itinuturing ng iba na ito ay matalino at maalam. Ngunit ang ganitong kaalaman ay hindi pinatitibay ng direktang pagdama sa katotohanan, ni hindi ito natutumbasan ng espirituwal na tagumpay. Ang ganitong uri ng intelektuwalisasyon o intelektuwalisasyon ay nagpapanatili sa "sarili" na nakatali sa pandama na isip, na limitado rin ng mga pisikal na pandama. Ang kaalamang teoretikal ay hindi maaaring makakuha ng banal na kaalaman, at ipinapayong huwag sayangin ang mahalagang oras ng isang tao sa mga teoryang hindi maaaring mailapat sa realidad, dahil baka matagpuan niya ang kanyang sarili na nawawala sa isang masukal na kagubatan ng intelektwal, .na hindi kayang malampasan ang larangan ng teorya

Ang prosesong ito ay hindi hahantong sa pag-alam sa katotohanan dahil ang katotohanan ay lampas sa mga opinyon at teorya, at marami sa mga sumusunod sa pamamaraang ito ay nabibigatan ng kanilang sariling mga .subhetibong konklusyon

Kung gagamitin ng isang tao ang kanyang kakayahang pangkaisipan para lamang sa pagkakaroon ng pera at materyal na mga ari-arian, ang kanyang kamalayan ay mahihila sa materyal na mundo at masasangkot sa walang katapusang kasalimuotan. Samakatuwid, sinasabi ng mga matatalinong tao na hindi dapat ilaan ng isang tao ang lahat ng kakayahang pangkaisipan na ipinagkaloob sa kanya ng Diyos sa paghahangad ng mga panandaliang bagay, dahil baka mawala sila sa labirinto ng materyalismo at lumikha ng mga hindi kinakailangang limitasyon at hadlang para sa kanilang sarili. Sa halip, dapat nilang gamitin ang kanilang kakayahang pangkaisipan upang makamit ang mga pangangailangan sa buhay at sikaping paunlarin ang kanilang mga kakayahang moral upang makilala ang tama at mali, at ang nakakapinsala at kapaki-pakinabang. Kapag nililintang nila ang kanilang espirituwal na pananaw, mararamdaman nila ang Diyos sa kanilang sarili at matutukoy ang mga espirituwal na katotohanan na nakatago sa likod ng makakapal na belo ng materyalismo. Ang .estadong ito ay tinatawag na espirituwal na pagninilay-nilay

Anuman ang ating mga alalahanin, ang Diyos ang dapat laging unahin sa ating buhay. Isa sa pinakamahalagang elemento ng espirituwal na paglago ay ang patuloy at taospusong koneksyon sa Diyos, kung saan personal mong masasaksihan ang isang kahanga-hanga at positibong .pagbabago na lubos na hahanga sa iyo

Kapag ang isang tao ay gustong manood ng palabas, o bumili ng bagong damit o bagong kotse, hindi ba't totoo na ang kanilang isipan ay laging abala? Tungkol sa mga bagay na iyon at kung paano makamit o makamit ang mga ito? Hindi siya titigil hangga't hindi niya natutupad ang kanyang mga hangarin, at patuloy siyang magsusumikap nang .walang pagod upang makamit ang mga hangaring iyon

Kaya naman, ang isip ng tao ay dapat na maging abala
sa pag-iisip tungkol sa Diyos. At pagkatapos, lahat ng mas
maliliit at mas maliliit na pagnanasa ay mababago tungo sa
isang matinding pagnanais na madama ang Diyos at
.makipag-ugnayan sa Kanya

Kapag ang isip ay bumubulong sa Diyos ng isang taos-
puso at maalab na bulong na nagmumula sa kaibuturan ng
isang nananabik na kaluluwa

Ang tawag ng kaluluwa ay hahawak sa kosmikong puso,
at ang sagot ay darating, na may dalang malaking
.kagalakan

Ang intelektuwal na pagbulong ay nagpapaunlad ng
lakas ng loob, hanggang sa magkaroon ka ng sapat na lakas
.upang makamit ang ninanais na layunin

Kapag ang isip at kalooban ng isang tao ay naaayon sa
Diyos, sila ay binibigyan ng walang hanggang
kapangyarihan, kaya ang pag-iisip lamang tungkol sa isang
bagay ay sapat na upang maisakatuparan ito, dahil ang
banal na batas ay gumagana pabor sa mga taong naaayon
.sa kataas-taasang kalooban

Ang lahat ng kahanga-hangang tagumpay sa aking
buhay ay nakamit sa pamamagitan ng kapangyarihan ng
isang isip na naaayon sa Diyos. Kapag tumatakbo ang banal
na generator, lahat ng aking ninanais ay nagkakatotoo nang
walang pagbubukod, unang nagkakahugis bilang isang di-
nakikita, mala-langit na disenyo at pagkatapos ay
nagpapakita nang may hindi mapaglabanan na puwersa sa
.katotohanan

Ang sikreto ng paglago

Lumalago tayo sa bawat karanasang ating
pinagdadaanan, basta't nauunawaan natin na may

matututunan tayong mahahalagang aral mula rito. Sapagkat ang bawat sakit at pagdurusa na ating nararanasan ay may .kahulugan at layunin

Sa kabila ng kalupitan ng mga pagsubok, ang mga ito ay parang apoy na tumutunaw sa bakal na mineral, binabago ito tungo sa maganda, matibay, at maraming gamit na bakal. Ang karunungan nalilikha natin sa pamamagitan ng nagliliyab na apoy ng karanasan ay tunay na kahanga-hanga. Dinadalisa tayo ng buhay, binabago ang ating mga mababang kalikasan tungo sa mahahalagang elemento, na nagpapahintulot sa atin na mamuhay kasama ang mga kaluluwang kasingdalisa ng mga hiyas, kasinglakas ng bakal, ngunit nababaluktot at matatag, yumuyuko nang hindi nababasag sa ilalim ng mga presyon .ng kahirapan at paghihirap

Kapag nakakakita tayo ng mga mukhang napinsala ng galit, na may pilat ng kalupitan, ang kanilang paningin ay nagpapanabik sa atin na alisin ang kapangitan sa ating sariling kaluluwa—isang kaluluwang hindi naaapektuhan ng anuman maliban sa masasamang intensyon at malalim na mga sama ng loob na nagtatakip sa pinagpalang banal na imahe sa loob natin, tulad ng uling na sumisira sa salamin. Ang masasakit na kilos ng iba ay dapat pumukaw sa atin ng pagnanais na mapabuti ang ating sariling pag-uugali at kontrolin ang ating sarili, upang tayo ay maging mga panginoon ng ating magulong mga pagnanasa, hindi alipin .ng mga ito

Ang mabubuting salita ay isang kamangha-manghang lunas para sa maraming karamdaman, nagtataglay ng isang malakas, halos mahiwagang, magnetikong puwersa na nagdudulot ng masaganang pagpapala at kasaganaan sa kanilang nagsasalita. Ang mga gumagamit ng nakapapawing-pagod at banayad na mga salita ay

nakakaramdam ng banayad na daloy ng tubig sa kanila nang walang pagkaantala, na napupuno sila ng kasaganaan ng katahimikan. Ito ay dahil ang daloy na iyon ay konektado sa mas mataas na pinagmumulan nito, na patuloy na dumadaloy at patuloy na umaabot sa mga kaluluwang naaayon dito. Pagkatapos ay maipapasa nila ang daloy ng kaligayahang ito sa mga kaluluwang naghahangad ng .kapayapaan

Araw-araw, ang isang tao ay tumitingin sa salamin upang makita ang kanyang mukha dahil gusto nilang magmukhang pinakamaganda sa iba. Gaano pa kaya kahalaga para sa kanila na araw-araw na harapin ang kanilang sarili at tumitig sa salamin ng panloob na pagsusuri upang matuklasan kung ano ang nasa ilalim ng kumikinang na ibabaw! Sapagkat ang lahat ng panlabas na kaakit-akit ay nagmumula sa panloob na sarili. At walang anumang bagay na nagpaparumi sa dalisay na salamin ng kaluluwa tulad ng mga sikolohikal na pagbaluktot tulad ng galit, hinanakit, inggit, at poot. Sinumang magsisikap na palayain ang kanilang sarili mula sa mga compound na ito, na dayuhan sa kalikasan ng espiritu, ay hahayaan ang liwanag ng panloob .na kagandahan na sumikat mula sa loob

Sa pamamagitan ng pagsusuri, natutuklasan natin na ang mga problema ng tao ay may tatlong bahagi: may mga problema at karamdaman na umaatake sa katawan ng tao, ang iba ay umaatake sa isip, at ang ikatlong kategorya na .humaharang sa mga landas ng kaluluwa

Ang sakit, katandaan, at kamatayan ay ang mga kahirapan at balakid na kinakaharap ng katawan. Gayunpaman, ang mga sakit na sikolohikal ay sumasalakay sa isip sa pamamagitan ng kalungkutan, takot, galit, mga pinipigilang pagnanasa, sama ng loob, poot, mga emosyonal na obsesyon, matinding pagkabalisa sa nerbiyos, at ang

sikolohikal na kanser na nagpaparalisa sa mga kakayahan sa pag-iisip. Gayunpaman, ang pinakamapanganib na sakit ay ang sakit ng kaluluwa, na nakikita sa kamangmangan, kung saan nagmumula at kumakalat ang lahat ng iba pang mga .sakit

Mas marami ang mabuti kaysa sa masama sa mundo

Kapag may mga pagdududang pumapasok, dapat nating alalahanin ang buhay ng mga dakilang tao. Totoo na tayo ay mga tao, ngunit pinagkalooban tayo ng Diyos ng mga pambihirang kapangyarihan na bihira nating gamitin. Kaya bakit tayo manginginig sa takot sa katandaan, sakit, at kalungkutan? Dapat nating gawin ang ating makakaya upang pangalagaan ang ating mga katawan, ngunit hindi tayo dapat magpadala sa takot o ibaon ang ating mga sarili .sa ilalim ng mga tambak ng kamangmangan

Ang katawan ay hindi ang buong pagkatao

Mas makapangyarihan ang kabutihan kaysa sa kasamaan sa mundong ito dahil ang Diyos ang may pinakamataas na kapangyarihan. Ngunit kapag dumarating sa atin ang kasamaan, iniisip natin na wala tayong .kapangyarihang kontrolin ito o takasan ang kamay nito

Tiyak na darating ang mga bagyo ng kasamaan, ngunit malalampasan natin ang mga epekto nito at malalampasan .ang mga ito

Hindi tayo binigyan ng buhay upang masira nito, kundi upang itanim sa atin ang kamalayan sa kawalang-hanggan, .at dapat nating tandaan ang katotohanang ito

Kung walang kalayaan sa pag-iisip, hindi maipapahayag ng isang tao ang kanyang sarili sa isang dalisay, kusang-

loob, at natural na paraan. Tandaan na ikaw ay malaya. Ang
.kapangyarihan ng kalooban ay laging malaya

Kung gagamitin mo nang tama ang iyong lakas ng loob,
lilikha ito ng magandang karma para sa iyo, ngunit
karamihan sa mga tao ay ayaw magbago at ayaw magsikap,
kaya't sila ay nabibigo sa harap ng mga kahirapan at hindi
.kayang harapin ang mga hamon

Ang paggawa ng anumang naisin ng isang tao ay hindi
kalayaan, dahil ang mga tao ay nakatali sa kanilang mga
pagnanasa, at samakatuwid ang kanilang mga kilos ay hindi
matatawag na kalayaan. Ang tunay na kalayaan ay
nangangahulugan ng paggawa ng lahat nang may
kagustuhan na ginagabayan ng karunungan. Maaaring
kontrolin ng isang tao ang mga bunga ng kanilang mga
nakaraang kilos, na tiyak na susunod sa kanila, kung
bubuksan niya ang kanilang kagustuhan at gagamitin ito
para sa mabubuti at kapaki-pakinabang na mga gawa. Kung
gagawin mo ang iyong mga kilos nang may katwiran at
determinasyon, ang mga puwersa ng iyong mga nakaraang
maling kilos ay hihina at ang mga gawi na bunga ng iyong
.mabubuting kilos ay lalakas

Palagi nating hinahangad ang mga bagay na wala sa
atin at nagiging interesado tayo sa mga bagay na hindi
mahalaga. Kapag may isang bagay na umani sa atin,
pansamantala nating nawawala ang ating malayang
pagpapasya. Tulad ng mga taga-Silangan na inaalipin ng
mga sinaunang kaugalian, gayundin ang mga taga-
Kanluranin ay inaalipin ng mga makabagong kaugalian.
Lumilikha tayo ng ating sariling kapalaran at nagiging bahagi
.nito

Bakit may isang batang ipinanganak sa isang
masamang pamilya habang ang isa naman ay ipinanganak
sa isang mabuting pamilya? Ginamit ng bawat isa sa kanila

ang kanilang kalayaan upang mamuhay sa isang partikular na paraan noong nakaraan (sa nakaraang buhay) at sa gayon ay nagdala ng mga pangyayaring iyon sa kanilang sarili sa buhay na ito

Walang tunay na kalayaan kung wala ang Diyos. Dapat natin Siyang isipin palagi. Anuman ang ating mga alalahanin at iniisip, ang Diyos ang dapat manguna sa ating mga puso, at kapag tayo ay tunay na nakahanay sa Kanya, bibigyan tayo ng kakayahang maisakatuparan ang dapat nating gawin, anumang oras, sa Kanyang banal na tulong

Payo para sa disipulo

Isa sa mga estudyante ang nagtanong sa gurong si Paramhansa para bigyan siya ng ilang payo para sa pagpapabuti ng sarili, at sinabi niya: Kung gusto mong mahalin ka, magsimula ka sa pamamagitan ng pagmamahal sa iba na nangangailangan ng iyong pagmamahal

At kung umaasa ka sa iba, maging tapat at matapat ka sa kanila upang sila ay maging tapat sa iyo

Kung nais mong pigilan ang iba sa pagkilos nang may malisya at tuso, huwag mong hayaang makapasok ang panlilinlang sa iyong sariling mga iniisip, at huwag kumilos sa paraang makakasama sa iba

Kung gusto mong makiramay ang iba sa iyo, magsimula sa pamamagitan ng pagpapakita ng empatiya sa kanila, lalo na sa mga nakapaligid sa iyo

Kung gusto mong igalang ka ng iba, dapat kang magpakita ng respeto sa bata at matanda

Kung gusto mo ng kapayapaan mula sa iba, dapat kang mamuhay nang may pagkakaisa

Kung gusto mong maging relihiyoso ang mga tao,
maging espirituwal sa kalikasan, at hayaang maramdaman
ng iba na isa kang mabuting huwaran at maaari ka nilang
.asahan at pagkatiwalaan

Sa madaling salita, lahat ng gusto mong ipakita sa iba.
Isa sa mga magagandang katangian ay ang ipakita muna ito
sa iyong buhay, at matutuklasan mo na ang mga tao ay
.magiging reaksiyon sa iyo sa parehong paraan

Kung matutukoy mo ang mga aspeto sa iyong buhay na
nangangailangan ng pagpapabuti nang hindi pinanghihinaan
ng loob o nagkakaroon ng inferiority complex, at kung palagi
kang nagsisikap na mapabuti ang iyong sariling karakter,
ang oras na iyong ginugugol dito ay magiging mas
produktibo kaysa sa kung sasayangin mo ang pag-asam na
mapabuti rin ng iba ang kanilang sarili. Ang iyong positibong
halimbawa at mabuting pag-uugali ay may mas malaking
kapangyarihang baguhin ang iba kaysa sa iyong mga
.kagustuhan, galit, at mga salita lamang

O Panginoon, Ikaw ang pinagmumulan ng lahat ng
kabutihan at ang pinagmulan ng lahat ng kapangyarihan.
Pagpalain Mo kami upang maipakita namin ang Iyong mga
pagpapala sa amin sa aming kalusugan, sa aming mga
mithiing intelektwal, at sa aming mga espirituwal na
pagpapahayag. Ikaw ang ningning sa mga bituin, ang
enerhiya sa mga atomo, ang kabaitan sa mga puso, at ang
kagandahan sa katotohanan. Tulungan Mo kaming punuin
ang aming mga sarili ng Iyong pinakadakilang
kapangyarihan, ng Iyong walang hanggang karunungan, at
.ng Iyong walang hanggang pagiging tunay

Panginoon, kilalanin mo kami na Ikaw ang bukal ng
kalusugan, ang karagatan ng buhay, at ang pinagmumulan
ng lahat ng pang-unawa at kaalaman. Palayain mo kami
mula sa kamangmangan at mga epekto nito, mula sa mga

takot at pag-aalala, at hayaang ang baha ng Iyong
karunungan ay tangayin ang lahat ng kalat at dumi sa aming
.mga buhay

Punitin Mo, O Panginoon, ang mga lambong na
nagtatago ng Iyong mukha mula sa amin. Ipakita Mo sa amin
ang Iyong liwanag na napakaliwanag, tulad ng hindi
mabilang na mga araw sa abot-tanaw ng aming mga buhay.

Damhin Mo sa amin ang Iyong kapangyarihan bilang isang
patuloy na nagpapanibagong kapangyarihan na nagbibigay-
inspirasyon sa aming mga kaisipan, nagpapalusog sa aming
mga kaluluwa, nagpapanatili sa aming mga katawan, at
.tumutupad sa aming mga pangarap

Amen

Karamihan sa mga tao ay hindi alam kung bakit. Mula sa
kanilang pag-iral sa mundong ito, naniniwala sila na ang
layunin ng buhay ay ang katuparan ng mga pagnanasa. Ang
pagkamit ng mga pangangailangan sa buhay. Ang
paghahanap ng kasiyahan at pag-ibig ng tao, at sa huli ay
.ang pagsuko sa huling tumatawag

Nagsisimula ang mga tao sa kanilang buhay bilang mga
programmer na may mga partikular na hilig at hangarin na
hindi natupad noon. At sinusubukan nila – kahit kakaunti na
lang ang natitira nilang malayang kalooban – sa
pamamagitan ng paggaya sa mga hangarin at kilos ng iba,
kung makikisama sila sa mga negosyante, gusto nilang
maging katulad nila, at kung makikisama sila sa mga artista,
.ang sining ang magiging lahat sa kanila

Nais ng Diyos na maging praktikal tayo sa mundong ito.
Binigyan Niya tayo ng gutom na nangangailangan sa atin na
magtrabaho upang masiyahan ito, ngunit ang paghahanap
lamang ng pagkain, tirahan, pera at ari-arian ay

nangangahulugan na nakakalimutan ng tao ang
.pinagmumulan ng kanyang kaligayahan

Totoo na kailangan nating magtrabaho upang makamit
ang ating mga pangangailangan at magsumikap na makamit
ang ating mga lehitimong layunin, ngunit una sa lahat, dapat
nating buksan ang ating mga puso sa Diyos at hanapin ang
Kanyang gabay at pagsang-ayon sa lahat ng ating ginagawa.

Kung gayon, tiyak na magtatagumpay tayo sa paaralan ng
buhay, dahil matatanggap natin ang ating patnubay mula sa
Kataas-taasang Tagapamahala at Tagapagbigay na
nakakaalam kung ano ang ating kailangan at kung ano ang
pinakamabuti para sa atin. Kaya naman, dapat tayong
magtiwala sa Kanya at magpasakop sa Kanyang matalinong
.kalooban

Mula sa mga lektura ng gurong Paramahansa

Kapag ang panloob na kaligayahan ng kaluluwa ay
natatakpan ng isang makapal na patong ng panandaliang
senswal na kasiyahan, ang ginintuang liwanag ng espiritu ay
kumukupas, at ang malinaw na kakayahan ng kaluluwa ay
nakatago sa likod ng densidad ng materya. Kapag ang isip
ng isang tao ay naaakit sa selos at inggit, at nababalot ng
mga ulap ng takot at pag-aalala, siya ay nagiging miserable,
aba, at talunan. Ngunit kapag ang isa ay nagtutuon ng
parehong atensyon sa pag-ibig, kapayapaan, at
pagkakasundo, siya ay nakakaranas ng matinding
.kaligayahan

Nakakaramdam ng kaligayahan ang kaluluwa kapag ito
ay bumabaling mula sa pisikal na mga pagnanasa na may
halong pagdurusa at paghihirap tungo sa mga malinaw na
birtud ng espiritu, na puno ng mga kahanga-hangang
.kasiyahan

Kung ang kaluluwa ay lubusang nalulubog sa magaspang na makamundong kasiyahan, ito ay nagiging walang pakialam sa paghahangad ng mas matataas na kagalakan at hindi na makakaranas ng mga espirituwal na kasiyahan. Marami ang maaaring magtalo na ang pagtalikod sa mga materyal na kasiyahan ay halos imposible sa mundong ito o habang namumuhay kasama ng mga taong ang mga iniisip ay umiikot lamang sa mga materyal na bagay. Gayunpaman, hindi kinakailangan sa karaniwang tao na talikuran ang mundo at umatras sa mga bundok at kagubatan upang makahanap ng katahimikan at kapayapaan. Sa halip, dapat silang manatili sa mundong ito nang hindi hinahayaang tangayin sila ng malalakas na agos nito, upang hindi sila madaig ng magulong alon ng buhay na .ito

Ang isang tao ay hindi dapat maging negatibo sa kanyang kapaligiran, at kasabay nito ay hindi niya dapat hayaang bulagin ng materyalismo ang kanyang paningin, dahil baka mawalan siya ng ugnayan sa kanyang espirituwal na kalikasan at hindi niya matikman ang mga kagalakan ng .kaligayahan at masaksihan ang mga banal na liwanag. Ang buhay, kasama ang esensya, mga bahagi, at mga layunin nito, ay isang mahirap unawain ngunit hindi imposibleng lutasin, at sa pamamagitan ng ating progresibong pag-iisip, nilulutas natin ang ilan sa mga .sikreto nito araw-araw

Ang mga kagamitang nakabatay sa tumpak na mga prinsipyong siyentipiko sa panahong ito ay tiyak na kahanga-hanga, at ang mga tuklas na dulot ng agham ay nagbibigay sa atin ng mas malinaw na pananaw sa mga paraan kung paano mapapabuti ang buhay. Ngunit sa kabila ng lahat ng kagamitan, imbensyon, at estratehiya na mayroon tayo, tila tayo ay mga puppet pa rin sa mga kamay ng kapalaran, at

mahaba pa ang daan sa hinaharap bago tayo mapalaya
.mula sa kontrol ng kalikasan

Tunay nga, ang pamumuhay sa awa ng kalikasan ay hindi kalayaan. Ang ating masigasig na isipan ay nalulula at nagagapos ng kawalan ng kakayahan kapag nararamdaman nating tayo ay biktima ng baha, bagyo, o lindol, o kapag ang mga pangyayari ay umagaw sa atin – nang walang lohikal na dahilan – sa ating mga mahal sa buhay. Pagkatapos ay napagtatanto natin na hindi pa tayo nakakamit ng maraming tagumpay, at hindi pa natin napagtagumpayan ang mga mahirap na pangyayari. Sapagkat sa kabila ng lahat ng ating pagsisikap na gawing buhay ayon sa gusto natin, ang ilang mga pangyayari ay palaging lilitaw sa mundong ito, at mga pangyayaring pinamumunuan ng isang makapangyarihang isipan na kakaunti lang ang ating nalalaman, na ganap na gumagana nang hiwalay sa ating mga opinyon at kalooban. Ang pinakamahasag na magagawa natin ay magtrabaho at .gumawa ng ilang mga pagpapabuti

Nagtatanim tayo ng trigo at gumagawa ng harina, ngunit sino ang lumikha ng unang binhi? Kumakain tayo ng tinapay na gawa sa harina, ngunit sino ang nagbigay sa ating mga katawan ng kakayahang tunawin ito? At paano ?gawing sustansya ang pagkain

Sa bawat sulok ng buhay, tila mayroong isang kailangang-kailangan na banal na kamay. Hindi natin mapamahalaan ang ating mga gawain kung wala ito, at sa lahat ng ating mga katiyakan, hindi natin alam kung kailan titigil sa paggana ang puso. Kaya naman kailangan ang matapang na pag-asa sa kataas-taasang banal na kapangyarihan at pag-asa sa ating mas mataas na sarili, na .nagmumula sa makapangyarihan na siyang ating hinuhubog

Dapat tayong magtaglay ng pananampalatayang
walang kapalaluan, at lumakad nang may kumpiyansa sa
.mga landas ng buhay

Walang takot at panginginig, at walang pagkabalisa at
pagkakulong

Pagharap sa mga allergy

Ang pagdaig sa pagiging sensitibo ay isang maselang
sining, at ang pagkontrol sa bilis ng reaksiyon ng isang tao ay
mahalaga para sa pagbuo ng isang balanse at mahusay na
.personalidad

Ang pagiging sensitibo ay nagmumula sa hindi
pagkakaunawaan, pagiging mababa ang antas ng pagkatao,
.labis na pagmamataas, at labis na ego

Kapag iniisip ng isang tao na nasaktan ang kanilang
damdamin, ang kaisipang iyon ay nag-uugat sa kanilang
isipan, pinupukaw ang kanilang mga nerbiyos, na nagiging
tensiyonado at rebelde. Ang galit ay nag-aalab sa kanilang
puso dahil sa mga nasugatang emosyon. Gayunpaman, may
ilang tao na may kakayahang kontrolin ang kanilang mga
emosyon, kaya ang kanilang mga panlabas na palatandaan
ay hindi lumilitaw sa kabila ng matinding galit sa loob nila.

Ang iba naman ay nagpapahayag ng kanilang galit sa
pamamagitan ng mga agarang reaksiyon, na makikita sa
kanilang mga kalamnan sa mata at ekspresyon ng mukha, at
sa pamamagitan ng matalas at naka-code na mga tugon sa
.salita

Ang labis na emosyonalidad ay may malubhang
kahihinatnan; pinapalala nito ang sitwasyon at lumilikha ng
hindi kanais-nais na kawalang-tatag na negatibong
.nakakaapekto sa iba

Dapat magsikap na magpigil sa sarili at maging mahinahon, upang magkaroon ng kapaligiran ng pagkakaunawaan at pagkakasundo na nagtataguyod ng kapayapaan sa halip na tensyon at nagpapaalis ng usok ng stress. Ang mga gumagawa nito ay magiging mga panginoon ng kanilang sariling kapalaran at gagantimpalaan ng pagpapahalaga at paggalang mula sa mga nakapaligid sa .kanila

Ang labis na pagiging sensitibo ay isang katangiang taglay ng karamihan, at kapag ang hindi makatwirang emosyong ito ay sumiklab, binubulag nito ang kaunawaan at pinalalabo ang mga mata ng karunungan. Ang mas malalapa, ang taong sobrang sensitibo ay naniniwala na sila ay nag-iisip, nakakaramdam, at kumikilos nang perpekto, gayong sa katunayan ang kanilang pag-uugali ay maaaring !ganap na mali

Maraming tao ang naniniwala na dapat nilang kaawaan ang kanilang sarili kapag pinupuna, at ang pagkaawa sa sarili ay nagbibigay sa kanila ng kaunting ginhawa. Ngunit tulad ng mga adik sa droga, habang tumatagal ang kanilang .paggamit, lalong lumalakas ang kanilang adiksiyon

Ang isang taong sensitibo ay kadalasang nagdurusa nang walang kabuluhan. Kadalasan, walang nakakaalam ng sanhi ng kanilang pagkabalisa o uri ng kanilang hinaing, na humahantong sa pagtaas ng dalamhati sa kanilang sariling pagpapabaya. Walang makakamit sa pamamagitan ng tahimik na pag-iisip ng mga nakikitang insulto o kritisismo.

Mas mainam na tugunan ang mga ugat ng ganitong hypersensitivity sa pamamagitan ng obhetibong pagsusuri at .pagpipigil sa sarili

Ang ganitong uri ng hindi malusog na allergy ay may malulubhang kahihinatnan; nilalamon nito ang puso na parang apoy at sinisira ang mga tisyu ng kapayapaan. Kaya,

dapat itong harapin nang matalino, lohikal, at may matatag
.na kalooban

Masipag akong maglingkod sa lahat, ngunit kapag ako'y
nag-iisa para magnilay-nilay, hindi ko hinahayaang may
makagambala sa aking pagmumuni-muni. Maaaring
maghintay ang ibang mga bagay, ngunit ang aking pang-
araw-araw na pakikipag-ugnayan sa Diyos ay hindi dapat
.pabayaang o balewalain

Bago gumawa ng anumang aksyon, huminto sandali at
maingat na pag-isipan ang mga kahihinatnan at ang epekto
nito sa iyong isip, katawan, at kaluluwa. Ang mga kilos na
dulot ng pamimilit ay hindi kalayaan, dahil ang mga kilos na
taliwas sa mga batas ng pagkakaisa at pag-unlad ay
maghihigpit sa indibidwal. Sa kabaligtaran, ang mga kilos na
pinahihintulutan ng pag-unawa at naaayon sa konsensya ng
.isang tao ay banal at nagdudulot ng kalayaan

Kapag nagpasya kang gumawa ng isang bagay na
mabuti, o umiwas sa paggawa ng isang bagay na masama,
at nanindigan ka sa desisyong iyon at kumilos nang
.naaayon, tandaan na marami kang kalayaang mababahagi

Nais ng Diyos na gamitin natin ang kalayaang pumili na
ibinigay sa atin upang hanapin Siya at matagpuan, ngunit
.ayaw Niyang ipilit ang Kanyang sarili sa atin

Ang pagnanais na mapalapit sa Diyos at makilala Siya
ay hindi kusang dumarating, kundi dapat itong buhayin at
pagyamanin. Kung wala ang pagnanais na iyon, ang buhay
.ay walang halaga o lasa

Hayaang gabayan ka ng iyong espirituwal na pananaw
sa iyong pag-iisip at ang tagumpay ay susunod sa iyo saan
ka man magpunta

Sa Diyos ko iniaalay ang aking tinig, mga kamay, mga paa, puso, katawan, damdamin, kalooban at lahat ng bagay

Ang pag-ibig ang espirituwal na sandata na siyang tatapos sa lahat ng digmaan

Sa kabila ng mundong ito ay may mga mundong walang hanggan kung saan muli nating makikilala ang mga taong .akala natin ay tuluyan nang iniwan

Ang buhay sa mundong ito ay patuloy na nagbabago, ang kalungkutan ay sumusunod sa kalungkutan, mga ilusyon sa ibabaw ng mga ilusyon. Ang malikmatang ito na lumilitaw sa disyerto ng ating kamalayan ay dapat maglaho, at dapat nating gisingin ang ating tunay na sarili mula sa ilalim ng .makakapal na belo ng materya

Huwag mong ibatay ang iyong mga pag-asa sa buhay na ito. Nasaan ang iyong garantiya? Ligtas ka lamang kapag .nanganganlong ka sa kaalaman ng Diyos

Ang diwa ng kaluluwa ay parang sinaunang ginto na nakabaon sa ilalim ng lupa. Kapag ang lupa ay inalis mula sa ginto at hinugasan ng tubig ng pagmumuni-muni, ito ay muling nagniningning nang may ganap na kadalisayan at .kalinawan

Panginoon, hayaan Mo kaming makita ang mabuti, mag-isip ng mabubuting kaisipan, at makihalubilo sa mga taong may mabuting pagkatao. Tulungan Mo kaming isipin Ka at pagnilayan Ka, O Ikaw na pinagmumulan ng lahat ng .katuwiran at pinagmulan ng lahat ng kabutihan

Kalayaan mula sa kahinaan

Ang pinakamahusay na paraan upang malampasan ang kahinaan ay ang pagtigil sa pag-iisip tungkol dito; kung hindi, ang ideya ng kahinaan ay tatalo sa iyong kamalayan

at mangibabaw sa iyong panloob na sarili. Kapag dinala natin ang liwanag sa ating sarili, ang kadiliman ay maglalaho .na parang hindi ito kailanman umiral

Ang ideyang iyon ay nagbibigay sa akin ng
magagandang inspirasyon

Kapag ang liwanag ay ipinasok sa isang kuweba na nababalot ng kadiliman sa loob ng libu-libong taon, ang kadiliman ay agad na naglalaho. Gayundin, ang mga kahinaan at pagkakamali ay naglalaho kapag hinayaan nating pumasok ang liwanag ng Diyos sa ating kamalayan, at ang kadiliman ng kamangmangan ay hindi maaaring manatili. Ito ang pilosopiyang dapat nating gamitin sa .pamumuhay

Walang silbi ang pagpapaliban. Ang gulong ng buhay ay hindi tumitigil sa pag-ikot, at ang mga araw ng ating buhay ay mabilis na lumilipas. Ang bawat minutong ginugugol natin sa pag-iisip nang malinaw at pagkilos nang matalino ay isang matagumpay at kapaki-pakinabang na pamumuhunan .sa ating kaligayahan

Maraming tao ang gumugugol ng kanilang buong buhay sa pag-iisip tungkol sa pera, seks, at katanyagan, at bihirang magtuon sa mga mahahalagang bagay na nagdudulot sa kanila ng kapayapaan ng isip at nagpapataas ng kanilang .kamalayan sa mas mataas na antas

Gaano man kababa ang tungkulin ng isang tao, maituturing siyang matagumpay sa paningin ng Diyos kung alam niya kung paano gugulin nang matalino ang kanyang .oras at ituon ang kanyang mga iniisip sa tamang direksyon

Kapag ang liwanag ng Diyos ay sumisikat sa isang tao, hindi niya nararamdaman na kailangan niya ng anuman dahil ang kagalakang bumabalot sa kanya ay siyang

tumutupad sa lahat ng kanyang mga pangarap at
nagpaparamdam sa kanya sa kaibuturan na siya ang
pinakamayaman sa lahat ng mayayaman at pinakamasaya
.sa lahat ng maligaya sa buhay na ito

Tunel ng Liwanag

Yaong mga ang espirituwal na kamalayan ay nagising sa
pamamagitan ng naliwanagang mga kaisipan, mabubuting
gawa, mabubuting damdamin, at malalim na pagmumuni-
muni ay maaaring makaramdam ng kanilang pag-alis mula
sa katawan sa huling sandali ng pag-alis sa pamamagitan ng
espirituwal na mata. Sa kanilang paglalakbay sa lupa, ang
yogi ay nagsasagawa ng pagtingin sa lagusan ng espirituwal
na mata sa hangganan sa pagitan ng materya at espiritu, at
sa sandaling umalis sa Daigdig, maaari silang pumasok sa
maliwanag na lagusang ito at lumipat mula sa mundong ito
patungo sa walang hanggang kaharian ng Diyos ng liwanag,
.kagalakan, kapayapaan, at ganap na kalayaan

{Liwanag sa liwanag}

Ang ilawan ng katawan ay ang [espirituwal na] mata

Kung ang iyong mata ay nag-iisa

Kung magkagayo'y mapupuno ng liwanag ang buong
katawan mo

At ang ilaw ay lumiliwanag sa kadiliman, at hindi ito}
{nakikilala ng kadiliman

Ang altruismo ay ang pagdamay sa kalungkutan ng iba,
ang mapalapit sa kanila, ang makipag-usap sa kanila, ang
taos-pusong pagsisikap na aliwin sila sa kanilang kasawian,
ang magalak sa kanilang kagalakan, at ang paggawa ng
ating makakaya upang ilayo sa kanila ang multo ng takot,
.pangangailangan, at pagkabalisa

Ang taong nagtataglay ng diwa ng altruismo ay hindi kumikilos ayon sa limitadong mga kalkulasyon at inaasahan, kundi ginagamit ang kanyang pananaw at mahusay na paghatol at nagpapatuloy sa pagtulong sa kanyang sarili at sa iba, nagpapasalamat sa Diyos para sa tagumpay na kanyang nakamit. Kung siya ay mabigo nang minsan o ilang beses, hindi siya nasisiraan ng loob, bagkus ay nagiging mas determinado, dinoble ang kanyang mga pagsisikap at inuulit ang pagtatangka, nagsasaliksik ng mga bagong ideya at pamamaraan, ginagabayan ng liwanag ng pangangatwiran, at humihingi ng tulong sa Diyos hanggang sa makamit niya ang kanyang layunin at maabot ang kanyang marangal na .layunin

Siya na nagsisikap na mapasaya ang iba ay pinapasaya ng Diyos na may panloob na pakiramdam ng sikolohikal na ginhawa. At kung may mawala man siya para sa kapakanan ng mga taong sinusubukan niyang tulungan, hindi niya ito itinuturing na kawalan dahil bilang kapalit ay nakakamit niya ang kasiyahan at kapayapaan ng isip ng Diyos. Nabubuhay siya upang magmahal, gumawa, magbigay, at maghasik ng mga binhi ng kabutihan at kapayapaan sa mga bukid ng .sangkatauhan

Sinumang lumalampas sa kanyang personal na mundo sa kanyang mga iniisip at damdamin ay nagpapalawak ng kanyang kamalayan, nagpapataas ng kanyang empatiya, at nadarama na ang mundo ang kanyang tahanan at ang sangkatauhan ang kanyang pamilya. Napagtanto niya na ang layunin ng kanyang pag-iral sa mundong ito ay ang baguhin ang kanyang sarili bago subukang baguhin ang iba, dahil sinumang magbago ng kanyang sarili ay tumutulong sa iba na baguhin ang kanilang sarili sa pamamagitan ng halimbawa ng kanyang buhay. Ang mga kilos ay may mas malalim na epekto at mas malalim na epekto sa kaluluwa ng .iba kaysa sa mga salita

Maiikling paghinto

:Ang kinang ng katapatan

Sinusubukan ng ilang tao na takasan ang kanilang mga problema sa pamamagitan ng pagngiti, ngunit ang ganitong uri ng pagtakas ay nangangailangan ng dalisay na konsensya, malaya sa pagkukunwari at panlilinlang. Kapag ang isang tao ay nakikitungo nang tapat sa kanilang sarili at sa iba, at kumikilos nang may kadakilaan at integridad, ang kanilang mga mata ay nagiging malinaw, at isang natatanging ningning ang nagmumula sa kanila—ang hindi .mapagkakamalang liwanag ng katapatan

:Katapatan

Maraming sinasabi ang iba sa ngalan ng katapatan, ngunit hindi mo masasabi sa lahat ang lahat. Kapag nagbibigay ka ng payo at gabay, may mga taong hindi nakakaintindi ng iyong mga salita at walang mapapala sa iyong sinasabi; ito ay isang nasayang na pagsisikap at isang hindi pinahahalagahang pagsisikap. Ang katahimikan sa ganitong mga pagkakataon ay ginto, ngunit hindi ito nangangahulugan ng pananatiling tahimik tungkol sa .pagkakamali

:Pagkakaisa sa sarili

Tunay na kahanga-hanga ang pagkakasundo sa sarili. Alam ng karamihan kung gaano kahirap ang makibagay sa iba, ngunit naisip mo na ba ang makibagay sa iyong sarili? Napakahirap nito, ngunit posible. Kung susuriin mo ang iyong sarili, matutuklasan mong palagi kang hindi magkasundo. Kung hindi mo mahal ang iyong sarili, wala kang mamahalin na iba. At kung ang isang tao ay hindi nakakasundo sa kanilang sarili, paano sila makakasundo sa ?iba

Ang pagkakaisa sa sarili ay mahalaga para sa pagkakasundo sa mundo. Kaya naman, mahalagang pahalagahan at mahalin ang iyong sarili, dahil karapat-dapat ka sa pagmamahal na iyon. Dapat mahalin ang sarili dahil nilikha tayo ng Diyos at pinagkalooban ng marangal na potensyal. Ang pagmamahal sa panloob na sarili, ang kakanyang ito na puno ng mga magagandang katangian, ay nagbibigay-inspirasyon sa marangal na pag-uugali at naglilinis ng isip mula sa mga karumihan at ng puso mula sa .malisya at sama ng loob

:Pag-calibrate ng literary compass

Hindi maaaring linlangin ng isang tao ang kanyang konsensya, bigyang-katwiran ang pagkakamali, o takasan ang mga bunga ng maling pag-uugali, kahit pa maglakbay siya sa ibang planeta. Ang mga resulta ng kanyang mga kilos ay kaakibat nito, at dapat niyang itama ang kanyang landas at i-calibrate ang kanyang moral na kompas upang .ang karayom nito ay laging nakaturo sa tamang direksyon

May mga taong nabubuhay sa pinakamasamang kalagayan ngunit lubos na nakikiisa sa kanilang mga sarili, habang ang iba ay mayroon ng lahat ng pagkakataon at lahat ng kailangan nila ngunit patuloy na nakikipaglaban sa kanilang sarili. Kaya, hindi dapat hintaying magbago ang mga pangyayari. Kumbinsihin ang iyong sarili na ayos ka lang sa kabila ng iyong kapaligiran, na maaaring iba sa iyong .inaasahan

Sinumang magsuko sa mga pangyayari, maghihintay siya na magbago ang mga bagay-bagay, at ang kanyang .paghihintay ay magiging matagal

Sinasabing may isang lalaking matatas sa labingwalong wika, ngunit siya ay napakahirap kaya't hindi niya kayang bumili ng lampara para magbasa. Kaya't pupunta siya sa

isang sulok at uupo sa ilalim ng ilaw sa kalye para magbasa.

Tunay nga, ang paghahangad ay lumilikha ng paraan, lumilikha ng mga pagkakataon, nagpapanibago ng pag-asa, nakakamit ng mga gawain, at tumutupad sa mga hangarin .at pangarap

Ang aktwal na komunikasyon sa mga nakakakilala sa Diyos ay maaaring gawin sa pamamagitan ng personal na pakikipag-ugnayan sa kanila, mapanuring pagbabasa ng kanilang mga isinulat, o malalim at palakaibigang pagninilay-nilay sa kanila. Ang mahalagang puntong dapat tandaan ay naaayon ito sa kanilang kamalayan, na naaayon .sa Diyos

Kapag iniayon natin ang ating kamalayan sa mga dakilang kaluluwang nagmamahal sa Diyos, ang pagkakasundong ito ay unti-unting nagbabago sa ating buhay sa isang kamangha-manghang paraan. Ang pagkakasundong ito ay hindi umaalipin sa kalooban kundi nagpapalawak ng saklaw nito at nagpapalakas ng kapangyarihan nito. Ito ang pagkakaiba ng pagiging kasundo sa mga taong puno ng ego at abala sa kung ano ang maaari nilang makamit, at ang pagiging kasundo sa mga umiibig sa Diyos at sangkatauhan na ang layunin ay magbigay at gisingin ang banal na pag-ibig sa mga kaluluwa ng mga taong kasundo nila. Ang magnetismo ng mga pinagpalang indibidwal na ito ay nagdadala sa atin sa malapit na .pakikipag-ugnayan sa banal na magnetismo

Dapat nating tandaan na habang sinisikap nating matugunan ang ating sariling mga pangangailangan, dapat din nating tulungan ang iba na makuha ang kanilang mga pangangailangan at ibahagi sa mga kapus-palad ang mga magagandang bagay sa buhay na dumarating sa atin. Tandaan natin na tayo ay mahalagang bahagi ng

pandaigdigang pamilya at hindi tayo mabubuhay kung wala
.ang malaking pamilyang ito

Ano kaya ang magiging buhay kung wala ang mga
karpintero, imbentor, magsasaka, at iba pa? Sa
pamamagitan ng pagbibigay at pagtanggap, at pagpapalitan
ng mga serbisyo, nais ng Diyos na isipin at makiramay tayo
sa iba. Isang malaking pagkakamali ang mabuhay para
lamang sa sarili nang hindi isinasaalang-alang ang iba.
Kapag iniisip natin ang ating sariling kaligayahan, dapat din
nating isipin ang kaligayahan ng iba. Hindi natin
kinakailangang ibigay ang lahat ng mayroon tayo para sa
kapakanan ng pandaigdigang pamilya, dahil imposible iyon.
Sa halip, dapat tayong makiramay sa iba at gawin ang ating
makakaya upang tulungan sila at pagaanin ang kanilang
.mga pasanin

May ugnayan sa pagitan ng tagumpay at ng kasiyahan
ng kaluluwa, sa konteksto ng kapaligirang ginagalawan ng
.indibidwal

Ang tunay na tagumpay ay bunga ng pag-uugaling
naaayon sa mga prinsipyo ng katuwiran, at kabilang dito ang
kaligayahan at kapakanan ng iba bilang mahalagang bahagi
ng personal na kasiyahan. Sinumang maglalapat ng
prinsipyong ito sa kanilang materyal, mental, moral, at
espirituwal na buhay ay matutuklasang kumpleto at
.komprehensibo ang kahulugan ng tagumpay

Iba-iba ang pananaw ng mga tao tungkol sa tagumpay
depende sa kanilang mga layunin sa buhay. Paminsan-
minsan, inihahalintulad ito ng ilang tao sa pagnanakaw, na
sinasabi ang mga bagay tulad ng, "Isa siyang matagumpay
na magnanakaw!" Ipinapakita nito na hindi lahat ng
tagumpay ay kanais-nais; ang ating tagumpay ay hindi
.dapat makapinsala sa iba

Isa pang kwalipikasyon para sa tagumpay ay ang pagdadala ng pagkakaisa at positibong resulta, hindi lamang sa ating sarili, kundi dapat din nating ibahagi ang mga .benepisyong iyon sa iba

Ang pagkamit ng tagumpay sa pananalapi ay hindi lamang nangangahulugan ng pagtamasa ng nararapat sa atin; nangangahulugan din ito ng pagkakaroon ng responsibilidad sa moral na tulungan ang iba na lumikha ng mas magandang buhay para sa kanilang sarili. Sinumang may katalinuhan ay maaaring kumita ng pera, ngunit kung mayroon silang pagmamahal sa kanilang puso, hindi nila magagamit ang perang iyon nang makasarili; sa halip, .ibabahagi nila ang mayroon sila sa iba

Ang pera ay nagiging sumpa sa kamay ng mga kuripot at madamot, ngunit ito ay isang biyaya at regalo sa mga .taong may bukas-palad at mabubuting puso

Ang mabubuting kaluluwa ay umaakit sa mabubuting kaluluwa at naaakit sa kanila

Dapat nating matutunang mahalin ang ating kapwa gaya ng ating sarili at tandaan na tayo ay narito sa buhay na ito sa maikling panahon, pagkatapos nito ay lilipat tayo sa ibang mundo na ang antas ay nakasalalay sa antas ng ating pag-iisip at kalidad ng ating mga kilos sa panahon ng .pamamalagi sa mundong ito

Sino ang ating mga tunay na kamag-anak? Para sa isang matalinong tao, ang bawat isa ay isang kamag-anak, at ang bawat isa ay isang "kapwa". Siyempre, ang matalinong tao ay may kakayahang makaunawa at nauunawaan na bagama't ang araw ay sumisikat sa isang piraso ng uling at isang diyamante, ang diyamante, hindi tulad ng uling, ay nagtataglay ng natatanging kakayahang tumanggap at magpaaninag ng liwanag nang napakaliwanag. Dapat

hanapin ng isa ang kasama ng mga taong ang mga iniisip at damdamin ay kasing dalisay ng isang diyamante at dapat maglaan ng oras sa paghahanap ng mga tapat na kaibigan. Ang mga namumuhay nang malinis at tapat ay makakaakit ng mga kaibigang may kalinisan at katapatan, habang ang mga namumuhay ayon sa mababang likas na ugali nang walang pag-unawa ay makakaakit ng mga kaibigang .kapareho niya

Kung pinahahalagahan mo ang matataas na mithiin at matatayog na prinsipyo, ipinapayong iwasan ang pakikisama sa mga taong hindi naniniwala sa mga mithiin at prinsipyong iyon at mga taong nakakalito sa mga iniisip at nakakagambala sa mood, upang ang kanilang mga vibrations ay hindi makababa sa iyong antas ng vibration. Kasabay nito, huwag ibukod ang sinuman sa iyong bilog ng .pag-ibig

Bukod pa rito, ang isang tao ay hindi lamang dapat magbigay ng pagmamahal, kundi dapat din tayong makipagpayapaan, upang saanman sila magpunta, lumikha sila ng pagkakasundo at katahimikan, na pinapaginhawa ang mga nakapaligid sa kanila sa pamamagitan ng kanilang mabait na presensya. Walang sinuman ang gustong lumapit sa isang mabahong skunk—pasensya na sa pananalita—iniiwasan ito ng lahat. Gayundin, ang isang taong kinakabahan, mapusok, at mahilig makipagtalo ay nakakainis at nagtataboy sa iba. Gusto nating maging parang namumulaklak na mga rosas na naglalabas ng matamis na halimuyak na nagpapasaya sa puso. Sikapin nating ipalaganap ang amoy ng kapayapaan at ang simoy ng kabutihan saanman tayo magpunta at saanman tayo .manirahan

Ang kaharian ng Diyos ay wala sa gitna ng mga ulap o sa isang partikular na lugar sa kalawakan. Ito ay lampas sa

kadiliman na nakikita natin kapag ipinipikit natin ang ating mga mata, at kapag tayo ay nagmumuni-muni at nananalangin, ang mata ng espiritu na nasa noo ay bumubukas sa loob natin, at nakikita natin ang isang pinagpalang liwanag at nadarama ang kagalakan na tumatagos sa bawat selula ng katawan, at nararamdaman natin na ang tabing ay naalis na at isang lihim na pinto ang .nabuksan patungo sa kaharian ng Diyos

Ang Diyos ay isang patuloy na nagpapanibagong kagalakan, isang kagalakang sumasaklaw sa lahat. Dapat nating madama ang kaisa ng kagalakang nananahan sa atin .at nakapaligid sa kawalang-hanggan

Sa kabila ng mga hangganan ng vibrational ng siksik na materya ay naroon ang walang hanggan, sumasaklaw sa lahat ng kamalayan, na hindi mailalarawan sa lahat ng kaluwalhatian, kalawakan, at kawalang-hanggan nito. Ito ang kaharian ng langit, isang walang hanggan, walang hanggan, .at walang katapusang kamalayang kaligayahan

Kapag lumawak ang mga pananaw ng kaluluwa, at nararamdaman nito ang presensya nito sa lahat ng dako, .saka ito nakikiisa sa banal na espiritu

Luwalhati sa Walang Hanggan, na nakaluklok sa abot-tanaw, kung saan nagtatagpo ang langit at karagatan At luwalhati sa Kataas-taasang Walang Hanggan, na nakaluklok sa kapayapaan sa loob natin; sa pamamagitan ng pagtuon sa Walang Hanggan sa loob, matatanggap natin ang walang .hanggang kapangyarihan nito

Ang kaalamang nakukuha mula sa pag-aaral ng mga libro o mula sa mga tao ay limitadong kaalaman, samantalang ang kaalamang direktang nakukuha mula sa Diyos ay nagkakaloob ng kapangyarihan ng karunungan, ng

kariktan ng katiyakan, ng katahimikan ng puso, at ng
.kapayapaan ng kaluluwa

O Panginoon, turuan mo akong manalangin nang may malalim na konsentrasyon at pagsamahin ang pagmumuni-muni sa taos-pusong pananabik at hayaang malinis ang aking puso araw-araw ng aking dalisay na pag-ibig para sa .lyo

Paglaya mula sa mga limitasyon ng karma

Ang mga kilos, maging mental o pisikal, may malay o walang malay, ay may partikular na epekto sa buhay ng isang tao. Ang mga nakaraang kilos ay hindi lamang ang mga ginawa araw, buwan, o taon na ang nakalilipas, kundi .pati na rin ang mga kilos mula sa mga nakaraang buhay

Kayo ay patay na, at binigyan Niya kayo ng buhay; pagkatapos ay papatayin Niya kayo, pagkatapos ay bibigyan Niya kayo ng buhay na muli; pagkatapos ay sa Kanya kayo .ay ibabalik

Ang mabuti at masamang epekto ng mga kilos ng isang tao Sa kanyang kasalukuyang buhay, ang mga bakas na ito ay nananatiling nakaimbak sa walang malay o subconscious, at ang mga epektong dala ng isang tao (o dala ng kanyang kaluluwa) mula sa mga nakaraang pagkakatawang-tao ay nananatiling natutulog tulad ng mga buto sa walang malay, naghihintay ng tamang mga pangyayari Upang umusbong at lumago sa isang partikular na karmic time Ang batas ng karma, na nagbabalanse sa mga bagay, ay kinabibilangan ng aksyon at reaksiyon, sanhi at bunga, paghahasik at pag- .aani

Ang bawat tao ay humuhubog ng kanilang sariling kapalaran sa pamamagitan ng kanilang mga iniisip at kilos, at ang mga enerhiyang kanilang pinakakawalan, matalino

man o kahangalan, ay hindi maiiwasang babalik sa kanila bilang kanilang panimulang punto, tulad ng isang bilog na nakumpleto ang sarili nang may perpektong katumpakan [Ang tanong ay] dapat bang harapin ng may kusang naghahanap—laban sa kanilang kalooban—ang hindi maiiwasang mga bunga ng kanilang mga nakaraang kilos, o ang tinatawag na predestinasyon? Ang sagot ay hindi. Ang Diyos ay batas at pag-ibig, at ang naghahanap na bumabaling sa Kanya nang may taos-pusong pananabik at kumpletong pananampalataya, iniaayon ang kanilang mga kilos sa banal na batas, at naghahanap ng walang kundisyong pag-ibig ng Diyos ay walang alinlangang tatanggap ng banal na pagpapala na nagpapagaan ng .mabibigat na pasanin at nagpapabuti ng mga pangyayari

Inilagay tayo ng Diyos sa mundong ito na puno ng mga ilusyon, at alam Niya ang ating pagdurusa at ang mga pagsubok at paghihirap na ating tinitii. Pinalalalim ng mga tao ang panloob na kadiliman ng espirituwal na kamangmangan kapag itinuturing nila ang kanilang sarili na nalulunod sa kasalanan at walang kapangyarihang makatakas sa kailaliman nito. Mas makabubuti para sa kanila na sikaping itama ang kanilang sarili, humingi ng tulong at habag mula sa puso ng banal na awa, umaasa sa kapatawaran mula sa mapagmahal, mahabagin, at .mapagpatawad na Diyos

Kapag napagtanto natin ang ating malapit na kaugnayan sa Diyos, anong karma ang maaaring magbigkis sa atin? Huwag mong hayaang kumbinsihin ka ninuman na ang iyong sakit at mga paghihirap ay bunga ng iyong karma. Bilang isang espiritu sa iyong esensya, wala kang karma. Sa halip, dapat mong mapagtanto ang katotohanang ito sa pamamagitan ng pagpapatibay sa iyong sarili na ikaw ay kaisa ng esensya ng buhay, liwanag, at mga puwersang kosmiko. Kung napagtanto mo ang katotohanang ito, wala

kang dapat ikatakot, at magbubukas ang Diyos ng maraming
pinto para sa iyo at magbibigay sa iyo ng maraming
.pagkakataon

Kung hindi ka komportable sa takbo ng iyong buhay,
baguhin ang iyong pag-iisip at punuin ang iyong mga
pandama ng positibong enerhiya at mararamdaman mo
.mismo ang pagkakaiba

Hindi na kailangang magdalamhati at magdalamhati
ang mga tao sa kanilang mga nakaligtaan, o iugnay ang
kanilang malungkot na kalagayan sa mga pagkakamaling
nagawa nila sa buhay na ito o sa malayong nakaraan,
sapagkat ito ay isang uri ng espirituwal na kapabayaan.
Kailangan nilang kumilos at bunutin ang mga damo mula sa
hardin ng buhay, at pagkatapos ang pinakamatamis at
pinakamasiglang mga bulaklak ay mamumulaklak at
mamumunga ng pinakamasarap at kanais-nais na mga
bunga. Sa pamamagitan ng Kanyang biyaya, ang Kataas-
.taasan

Ang pagpapasakop sa Diyos ay hindi nangangahulugang
hindi paggamit ng ating kalooban upang mapabuti ang ating
mga gawain at paghihintay sa Diyos na ayusin ang ating
mga sitwasyon nang walang anumang pagsisikap sa ating
bahagi, sapagkat tinutulungan ng Diyos ang mga
.tumululong sa kanilang sarili

Ang punto ay matututo tayong lumapit sa Diyos upang
gabayan ang ating kalooban at pagpalain at palakasin ang
ating mga tamang pagsisikap. Kapag nalampasan natin ang
balakid ng ayaw sumuko, matatagpuan natin sa Diyos ang
proteksyon na walang sinuman sa mundong ito ang
makapagbibigay sa atin, at makakahanap din tayo ng lakas
.na hindi kayang malampasan ng anumang pagsubok

Maaaring magtatag ang lahat ng tao ng isang espesyal na relasyon sa Diyos kung alam nila kung paano buksan ang kanilang puso sa Diyos at hahangarin ang Kanyang banal na .presensya, na nagdudulot ng kagalakan at katiyakan

Kapag ang isang tao ay nakakaramdam ng matinding pangangailangan sa Diyos, dahil alam niyang hindi nila kayang mabuhay nang wala Siya, matutuklasan nila na tumutugon ang Diyos sa iba't ibang paraan. Ngunit kailangan muna nilang linangin ang matinding damdaming .iyon, dahil ang tugon ay hindi kusang darating

Kung hindi natin uunahin ang Diyos sa ating buhay, ang ating kamalayan ay magiging balisa at malilito, at hindi natin magagawang harapin nang lohikal at maayos ang walang .katapusang mga hinihingi ng buhay

At ano ang paraan upang malinang ang pagnanais na iyan? Sa tuwing tayo ay nahaharap sa kasawian o kahirapan, at sa tuwing nakakaramdam tayo ng bigat sa ating mga puso, dapat tayong bumaling sa Diyos at humingi ng tulong sa Kanya, dahil alam nating sinumang umiibig sa Diyos at pinapanatili ito sa kanyang isipan at puso, ang kanyang kalagayan ay bubuti. Ang kanyang kalagayan ay nagbabago .para sa ikabubuti

Kapag hinahalo at hinahalo natin ang eter, Sa pamamagitan ng ating taos-pusong mga panalangin at taos-pusong mga pagsamo, ating makukuha ang diwa ng banal na tugon na naglalaman ng pagkain, pagpapagaling, at .kaligayahan

Para sa mga naghahangad ng espirituwal na pagkain, ang mga nakaraang pagkabigo at pagkabigo ay hindi mahalaga. May mga aral na matututunan mula sa mga ito, at maaaring subukan muli, ulitinang pagtatangka mula sa simula. Garantisado ang tagumpay, sa tulong ng Diyos, para

sa lahat ng hindi pinanghihiinaan ng loob ng pagkabigo, na ang determinasyon ay hindi humihina ng mga trahedya, at naniniwala nang may matibay na pananampalataya na sinusuportahan ng Diyos ang mga nagtitiyaga. Ang mga nasa tamang landas, at binibigyan Niya sila ng pag-asa, lakas, at optimismo, hanggang sa maabot nila ang kanilang .sukdulang layunin at makamit ang layunin ng buhay

Ang pag-iisip ay isang puwersang parang elektrisidad, at ang mga sikolohikal na estado nito ay bumabalik sa pag-iisip .at paraan ng pag-iisip

Ang kuryente ay kapwa kapaki-pakinabang at nakakapinsala; sinumang gumamit nito nang matalino ay ginagamit ito para sa kanilang serbisyo. Kung hindi, maaaring makuryente siya. At gayundin ang iniisip. Kung ito ay itinuro sa tamang landas, ito ay nagdudulot ng kaligayahan sa may-ari nito, kung hindi, ito ay nagdudulot .ng problema

Ang pag-iisip ay parang isang mabangis na kabayo, ngunit ang pagpapaamo nito ay hindi imposible, at ang positibong pag-iisip ay isang paraan upang makontrol ang .pag-iisip

Ang matinong pag-iisip ay isang matalik na kaibigan at ang may sakit na pag-iisip ay isang palaging kaaway

Ang matinong pag-iisip ay umaakit ng kapayapaan at kaligtasan, habang ang hindi malusog na pag-iisip ay nagpapaputok ng mga nakamamatay na palaso na tumatalbog sa may-ari nito nang doble. Kaya nga may kasabihang, "Ang gantimpala ay kapareho ng gawa." Hangga't ang isang tao ay nagpapadala ng mabubuting intensyon, ang kanyang mga iniisip ay magiging mga sulog, na nagbibigay-liwanag sa mga silid ng kaluluwa at nagtataboy sa mga tambak ng kadiliman, upang siya ay

makaramdam ng matinding ginhawa, at ang kanyang mga mata ay magniningning na may ngiti ng kasiyahan! Nawa'y magtagal ang ngiti sa iyong mga mata. At ang kapayapaan .ay sumaiyo

Ang buhay ay parang gilingan na gumiling, mga buto ng mabungang pagsubok at eksperimento, upang gawin ang tinapay ng buhay, parang isang paliko-likong daan, na may malalagong bulaklak sa magkabilang gilid, matingkad na paru-paro, at mga puno na may masasarap na prutas sa kanilang mga sanga, ngunit bihira tayong huminto, tamasahin natin ang tanawin nito at lasapin ang tamis nito; sa katunayan, madalas tayong nalilito, upang maabot ang mas malawak na mga lugar, iniisip natin na may mas kaaya-ayang tanawin kaysa sa ating nakita, ngunit habang unti-unti tayong lumalayo, sa mabulaklak at mabungang mga landas, nakakakita tayo ng mga puno na mas madilim kaysa sariwa, at pagkatapos ay nawawala ang mga bulaklak, at kasama nito, mga paru-paro at mga prutas, para lamang .matagpuan ang ating mga sarili sa tigang na disyerto

Ang buhay ng tao ay parang tubig ng mga dagat, na dinadalisay at nagiging sariwa. Kapag umaakyat ka sa itaas na atmospera, ito ay parang panaginip sa umaga, na lumiliwanag sa pagtanda, dahil ang mga bagay ay tila mas malinaw at mas natatangi. Ito ay parang isang paglalakbay kung saan nagbabago ang tanawin habang tayo ay naglalakbay ng malayo. Pagkatapos, ang parehong tanawin .ay nagbabago habang tayo ay papalapit dito, at iba pa

Hindi binibigo ng buhay ang matatalino, sapagkat hinarap nila ito nang may kahusayan at ninanamnam nang hindi hinahayaang kontrolin sila nito at alisin ang kanilang kalayaan. Halimbawa, nasisiyahan sila sa tubig. Iniinom nila ito at naliligo, ngunit hindi nila hinahayaang malunod sila rito. Nasisiyahan sila sa mga damit na gusto nila. Nang

walang labis na pagsunod sa mga pormalidad at pormalidad na itinuturing na mababaw. Nasisiyahan sila sa pagkain nang hindi hinahayaang lamunin sila ng katakawan, dahil ang labis na pagkain ay nagpapahina sa katawan at nilalamon nito ang mga pananaw at lubusan niya itong sisirain. Kaya, dapat tamasahin ng isang tao ang buhay ngunit hindi .nauubos ang mga pandama sa pamamagitan ng paglulubog

Pakikisama sa iba. Hindi ito nangangahulugan ng pagsang-ayon sa kanila sa lahat ng bagay, o pagsasakripisyo ng mga mithiin para sa kanilang kapakanan, dahil ang ganitong istilo ng pagsunod ay hindi kanais-nais at hindi naaayon sa katotohanan. Hindi sumang-ayon ang mga repormista at mga dakilang tao. Sa napakaraming tao sa kanilang paligid, gayunpaman ay mahigpit silang nanghawakan sa kanilang mithiin, dahil napagtanto nila na .ang kanilang ginagawa ay talagang tama

Una sa lahat, dapat na naaayon ang isang tao sa Diyos, pagkatapos ay sa kanyang konsensya, at pagkatapos ay sa .mga tao

Ang prinsipyo ay hindi dapat ikompromiso at hindi dapat gumamit ng mga lihim na motibo upang makamit ang isang tiyak na layunin, dahil hindi ito angkop sa mga taong may .prinsipyo

Sino ang mamumuhay sa paraang nakalulugod sa Diyos? Huwag manakit ng iba, dahil wala silang dapat ikatakot. Kung ang pamamaraang ito ay hindi nakalulugod sa iba, sapat na para sa isang tao na maging komportable sa loob at makaramdam ng panloob na kapayapaan na siyang .dahilan kung bakit siya malaya sa pagsang-ayon ng iba

Ang lakas at pagnanais ng kaluluwa Sa pagbaling sa Diyos Ito ay tinatawag na espirituwal na magnetismo At sa magnetismong ito Ang kaluluwa ay umaakit ng mga

pagpapala sa sarili nito at mga pinong vibrations At lahat ng
mabubuting karanasan ng tao Na nagpapaalala sa kanya ng
kabutihan at katuwiran

espirituwal na magnetismo. Ito ang kapangyarihang
ginagamit nito upang umaakit at humihila sa tao palapit sa
kanyang sarili. Mabubuting kaibigan at mahahalaga at
mahahalagang bagay. At isang intuitibong pag-unawa sa
mga bagay. Ang kapangyarihang ito ay nagmula sa kaakit-
.akit na magnetikong puwersa ng Diyos

Kandila ng Kapayapaan

Kumuha ng mental pot, punuin ito ng iyong
.kapayapaan

Kunin mo ang bote ng aking damdamin, punuin mo ito
ng Iyong awa

Kunin mo ang aking walang laman na basket ng
kaluluwa, punuin mo ito ng mga bunga ng iyong
.karunungan

Ibuhos mo ang tubig ng iyong pag-ibig sa aking
kaluluwa, ibubuhos ko rin ito sa mga tasa ng kaluluwang
.uhaw

Gibain ang mga pader ng ego. Ilubog mo ako sa iyong
.ganap na presensya

Ang sinag ng bukung-liwayway ng pag-ibig

Hayaan siyang sumilip mula sa bukana ng aking puso

Ipinapaalala nito sa akin ang sikat ng araw ng iyong
pag-ibig

Kumalat sa kalangitan ng aking buhay

Ang nagniningning na liwanag ng iyong pag-ibig ay
sumikat na

Sa aking sarili, at ito ay naliwanagan

Pinuno ng iyong liwanag ang aking espirituwal na
espasyo

Ikaw ang buhay na bumubuhay sa aking katawan

At ang isip na nagbibigay inspirasyon sa aking mga
iniisip

At ang karunungan nag-aalis ng aking kamangmangan

Sinindihan ko ang manipis na kandila ng aking pag-ibig

Para basahin ang ginintuang aklat

Napanatili sa loob ko mula pa noong unang panahon

Ang pag-ibig mo noon at hanggang ngayon

Ang di-nakikitang kandila ng kapayapaan

Na siyang nagtataboy sa dilim at nagpapakita sa akin ng
iyong mga mensahe

Ang blog ay nasa mga pahina ng mga puso

Ihayag ang iyong kaluwalhatian, O Panginoon

Nawa'y mawala ang liwanag ng iyong karunungan

Kamangmangan, alitan, at inggit

Mula sa mga baybayin ng mundo magpakailanman

Gawing kalakasan ang ating kahinaan

At nanghina tayo sa determinasyon

Magkarga ng mahalagang kuryente sa ating mga
katawan

At punuin ang isip at kaluluwa ng iyong
nakapagpapagaling na liwanag

Hawakan Mo ang aming kamay upang hindi kami
malunod sa tubig ng Iyong kapabayaang, at punuin Mo ang
aming pagkatao ng Iyong pagmamahal at karunungan.
Ipadama Mo sa amin na kami ay napakalapit sa Iyo at ang
.araw ng Iyong awa ay laging sumisikat sa amin

Inilalagay ko ang mga bulaklak ng aking bulong-
bulungan at masiglang mga kaisipan

Sa istruktura ng katahimikan

Ang kanyang tahimik na halimuyak ay umaawit

At siya'y umaawit ng iyong mga kaluwalhatian

At sa liwanag ng iyong banal na liwanag

Nakikita ko ang kagandahan ng iyong pag-iral

Natupad ang aking masasayang pangarap

Kapag ang iyong liwanag ay kumikislap sa aking
kaluluwa

Ang mga belo ay nagliliyab sa apoy ng karunungan

Nakikita ko ang iyong kaluwalhatian, at ang aking
kagalakan ay nadaragdagan

Nawa'y liwanagan ka ng Diyos ng Kanyang liwanag

At pagbati mula sa kaluluwa sa iyo

Maraming mga hinihingi at kinakailangan ang
ipinapataw sa atin ng mundo at kinukumbinsi tayo ng

kanilang sukdulang kahalagahan at ang imposibilidad ng pamumuhay nang wala ang mga ito o ang kakayahang mabuhay nang wala ang mga ito. Ngunit ang pangunahing kinakailangan ay ang makamit ang kapayapaan ng Diyos, na ang mga pinagmumulan ay hindi natutuyo at ang bukal ay hindi natutuyo, at siyang nagbibigay ng lasa at kahulugan sa .lahat ng bagay sa buhay

Tandaan natin na ang Diyos ang diwa ng ating pagkatao, at ang pag-ibig ang siyang bintana kung saan natin natatanaw ang Kanyang maluwalhating mukha.
Sinumang nagnanais na madama ang banal na presensya at pagyamanin ang dakilang pananabik na iyon sa isip at gawa, ipagkakaloob ng Diyos ang kanilang kahilingan at tutulungan silang punitin ang mga lambong na pumipigil sa kanila na .makita ang mga pinagpalang liwanag

Sinumang determinadong sumulong sa landas ay hindi mapipigilan ng anuman, ni walang balakid na makakahadlang sa kanya hanggang sa maabot niya ang .kanyang layunin at makamit ang naisin ng kanyang puso

Mga Espirituwal na Perlas at Hiyas

Ang mga nagbubunyag ng mga kahinaan ng iba at nagdudulot sa kanila ng kahihiyan at sama ng loob ay malayo sa karunungan at mahusay na pagpapasya. Dapat nating kamuhian ang kasalanan, hindi ang makasalanan, sapagkat siya ay ating kapatid sa espiritu, sa kabila ng kadiliman ng kamangmangan na bumabalot at nakapaligid sa kanya. Ang layunin ng pagkondena ay dapat na pagpapagaling, hindi pagmamalaki at pananakit. Dapat nating tratuhin ang ating makasalanang kapatid gaya ng nais nating tratuhin kung tayo ang nasa kanyang lugar at .sitwasyon

Sinumang magtago ng mga pagkakamali ng kanyang
kapatid dito sa mundo, itatago rin ng Diyos ang mga
pagkakamali nito sa Kabilang Buhay

Kung paano natin hinuhusgahan ang iba, hinuhusgahan
din tayo ng espirituwal na batas sa parehong antas. Hindi
tayo dapat umasa nang sobra sa iba, ni hindi tayo dapat
laging umasa ng magagandang resulta mula sa sinuman,
.kahit na ginagawa nila ang kanilang makakaya

Maaaring madapa at matisod ang isang tao, ngunit
mananatili siyang ligtas hangga't ginagawa niya ang
kanyang makakaya upang muling umakyat sa hagdan ng
.kabutihan at katuwiran

Araw-araw, dapat nating sikaping pasiglahin ang
pasyente sa pisikal, sikolohikal, o espirituwal na aspeto sa
ating kapaligiran, tulad ng pagtulong natin sa ating sarili o
.sa ating mga kapamilya

Sinumang magsisikap mula ngayon na mamuhay ayon
sa mga banal na batas—sa halip na ang lumang
makasariling buhay na nagdudulot ng kahirapan at
paghihirap—ay matutuklasan na gaano man kababa ang
papel na ginagampanan niya sa buhay, nananatili itong
isang mahalagang papel hangga't ginagampanan niya ang
kanyang tungkulin nang lubusan ayon sa direksyon ng
direktor ng kosmikong dula at ang panginoon ng lahat ng
.ating kapalaran: ang Diyos na Makapangyarihan sa lahat

Kapag nakikipag-ugnayan tayo sa iba nang may tunay
na katapatan, tunay na pagmamahal, at pagsasaalang-alang
sa mga damdamin, magdadala tayo ng mabubuting kaibigan
sa ating buhay nang walang personal na interes o
makasariling kalkulasyon na may kahit kaunting
pagsasaalang-alang; kung hindi, hindi natin makikilala ang
.ating mga tunay na kaibigan

Kinakailangang alisin ang pagkukunwari at
pagkukunwari, at kumilos sa paraang hindi sadyang
.makakasakit sa iba

Ang mga kaibigan ay hindi dapat magalit, maliitin, o
kalabanin, ni hindi sila dapat bigyan ng anumang dahilan
upang magkimkim ng sama ng loob sa atin. Ang mga
kaibigan ay hindi dapat tratuhin nang masama,
pagsamantalahan, o bigyan ng hindi hinihinging payo
maliban kung hinihingi ito. Kapag hinihingi ang payo, dapat
itong ibigay nang taos-puso at may kabaitan, nang walang
takot sa mga kahihinatnan. Ang mga kaibigan ay
nagtutulungan sa pamamagitan ng nakabubuo at kapatid na
.pagpuna

Ang mahihirap na karanasan sa buhay ay hindi
dumarating upang paralisahin ang ating kalooban at talunin
tayo, kundi upang patalasin ang ating determinasyon at
palakasin ang ating pananampalataya sa Diyos at ang ating
tiwala sa sarili. May mga taong nagkakamali sa paniniwala
na ang mga karanasan at hamong ito ay hindi
malalampasan na mapanirang puwersa, kaya't sumusuko
ang mga ito. Ang isang malusog na pag-iisip ay mahalaga sa
pagpapagana ng ating panloob na lakas upang epektibong
.harapin ang buhay at ang mga pagsubok nito

Kung ang isang tao ay hindi makikipagkumpitensya sa
isang taong mas malakas kaysa sa kanila, hindi sila
magiging malakas. Gayundin, kapag hinarap natin ang ating
mga paghihirap nang may katapangan at katatagan ng loob,
.tayo ay nagiging mas malakas at mas matatag

Ang ating mga isipan ay mahalagang bahagi ng
sumasaklaw-sa-lahat na kamalayan ng Diyos. Sa ilalim ng
alon ng ating kamalayan ay naroon ang karagatan ng
Kanyang walang hanggang kamalayan. Kapag nalilimutan ng
alon na ito ay bahagi ng mas malawak na karagatan,

inihihiwalay nito ang sarili mula sa kapangyarihang iyon ng karagatan. Bilang resulta, ang mga isipan ng mga tao ay nanghihina dahil sa mga limitasyon sa materyal at hindi na may kakayahang mabungang paggawa at masaganang produksyon. Kapag ang mga isipan ay nag-aalis ng alikabok ng kamangmangan at sinira ang mga tanikala na nagbubuklod sa kanilang mga kapangyarihan, sila ay magiging mas may kakayahang maging malikhain at .positibong makipag-ugnayan sa buhay

Kapag mahigpit kang kumapit sa isang partikular na ideya at pinupuno ito ng matibay na kalooban, ang ideyang iyon ay nagiging isang dinamikong puwersa. At kapag ang pag-iisip ay naging dinamiko, maaari itong lumikha ng tamang kapaligiran para sa tagumpay, ayon sa hindi .nakikitang mapa na iginuhit sa isipan

Nabibigo ang mga tao dahil sumusuko sila sa malupit na sitwasyon sa buhay nang hindi nilalabanan ang mga ito, sa .halip na labanan ang mga ito nang hindi sumusuko

Kinakailangang sanayin at buhayin ang lakas ng loob

Ang mga pumapasok sa santuwaryo ng katahimikan ay maaaring makipag-ugnayan sa espirituwal sa ibang mga kaluluwang nagmamahal sa Diyos, at mauunawaan nila ang .wika ng mga rosas at lahat ng nabubuhay na nilalang

O Panginoon, maging tanging Hari na nakaluklok sa aking pag-ibig at pananabik

Ang mga nagmumuni-muni ay nakararanas ng malalim na pakiramdam ng kapayapaan, at ang panloob na katahimikang ito ay dapat mapanatili kahit na kasama ang iba. Ang natututuhan ng isang tao sa pagmumuni-muni ay dapat isagawa sa pang-araw-araw na gawain at pakikipag-

ugnayan sa iba, nang hindi pinapayagan ang sinuman na
.manggulo sa kapayapaan o katahimikan ng isang tao

Kapag gusto mong lumikha ng isang magandang ugali o
alisin ang isang masamang ugali, ituon ang pansin sa mga
selula ng utak kung saan matatagpuan ang mga mekanismo
.ng iba't ibang gawi

Para makapagtatag ng isang mabuting ugali, umupo
muna nang tahimik at magnilay-nilay, humingi ng tulong
mula sa Diyos. Ituon ang iyong isip sa sentro ng lakas ng
loob, na matatagpuan sa noo sa pagitan ng iyong mga kilay,
at matatag na pagtibayin ang ugali na nais mong itanim sa
iyong utak. Kapag gusto mong alisin ang masasamang gawi,
ituon din ang iyong atensyon sa sentrong ito ng lakas ng
loob at matatag na pagtibayin na ang lahat ng ugat kung
saan nakaugat ang mga gawi na iyon ay nabubura. Sa
pamamagitan ng pokus at lakas ng loob, mabubura mo kahit
ang pinakamalalim na ugat ng malalim na nakaugat at
lumang mga gawi. Tiyakin sa iyong sarili nang paulit-ulit na
mayroon kang sapat na lakas ng loob upang maalis ang mga
.hindi malusog na gawi mula sa rehiyon ng utak

Ang pinakaangkop na oras para sa ganitong
pagpapatibay ay maagang umaga kapag ang kalooban at
.atensyon ay alerto

Patuloy mong pagtibayin sa iyong sarili na malaya ka na
sa lahat ng utos at balang araw ay matutuklasan mo na - sa
tulong ng Diyos - napalaya mo na ang iyong sarili mula sa
.bisyo na gusto mong alisin

Anuman ang iyong kinatatakutan, alisin mo ang iyong
mga iniisip at ipaubaya ito sa Diyos. Palakasin ang iyong
pananampalataya sa Diyos at magtiwala na kaya ka Niyang
.tulongan

Maraming pagdurusa ang nagmumula sa pag-aalala at pagkabalisa. Bakit ka pa magdurusa kung ang iyong kinatatakutan ay hindi pa nangyayari? Isipin ang liwanag ng Diyos na nakapaligid sa iyo sa lahat ng panig, at mararamdaman mo ang Kanyang kamangha-manghang .proteksyon

Dahil karamihan sa ating mga pagkabalisa ay nagmumula sa takot, kung aalisin natin ang takot sa ating buhay, makakaramdam tayo ng kalayaan at ang paggaling ay agad na magaganap. Tuwing gabi, bago matulog, tiyakin sa iyong sarili na ang Diyos ay kasama mo, pinoprotektahan .at binabantayan ka

Sa kosmikong dramang ito, ginagampanan ng mga tao ng lahat ng lahi ang kwento ng buhay sa entablado ng panahon. Dapat nating maunawaan ang kahulugan ng buhay nang hindi labis na nagiging abala o labis na nahuhumaling .sa ating mga panandaliang tungkulin

Ang ating pananaw sa buhay ay kadalasang baluktot at lihis dahil tumitingin tayo gamit ang mga matang makasarili at limitado ang abot-tanaw. Kung titingnan natin gamit ang mata ng kaluluwa, makikita natin ang mga bagay-bagay .mula sa isang ganap na kakaibang pananaw

Kapag binuksan natin ang mata ng karunungan, nakikita natin ang sumasaklaw sa lahat ng liwanag ng Diyos, at sa liwanag na iyon ay nakikita natin ang ating espirituwal na kalikasan, na isang repleksyon ng kalikasan ng pangkalahatang kamalayan na tumatagos sa lahat ng mga .partikulo at bahagi ng sansinukob

Ang mga espirituwal na katotohanan ay nakapalibot sa atin, kumakatok sa mga pinto ng ating nakapikit na mga mata, hinihimok tayong makita ang liwanag sa halip na kadiliman, kumilos nang may karunungan sa halip na

kamangmangan, punuin ang ating mga puso ng pagmamahal sa halip na poot, at makipagtulungan sa pagtatatag ng kapayapaan at pagdadala ng kasaganaan at seguridad sa ating mundo. Kapag ginawa natin iyon, ang kamangmangan ay maglalaho, ang mga pagkakaiba sa sitwasyon ay maglalaho, makakakita tayo ng pagkakaisa sa senso, at tayo ay magiging mas naaayon sa banal na .kalooban

Ang ating relasyon sa Diyos ay hindi isang malamig o walang pagmamahal, tulad ng sa pagitan ng isang employer at isang empleyado. Tayo ang Kanyang pamilya, ang Kanyang pangangalaga sa atin ay palagi, at lagi Niya tayong pinakikinggan. Tayo ay mahalagang bahagi ng Kanyang pagkatao, at ang ating relasyon sa Kanya ay buhay at .masigla

Pinagkalooban tayo ng ating Lumikha ng walang-sawang kayamanan ng pagmamahal, pang-unawa, pananaw, mabuting kalooban, at espirituwal na lakas, ngunit karamihan sa atin ay nilustay ang kayamanang ito sa wala.

Nais ng Diyos na mamuhay tayo nang may seguridad, kapayapaan, at palakaibigang kooperasyon, na nararapat sa isang marangal at mapagmahal na pamilya, ngunit ang kasakiman at makasariling mga kalkulasyon ay nag-ugat sa .ating mga puso at naghasik ng alitan sa atin

Nais ng Diyos na tayo ay maging mga panginoon, ngunit pinili nating maging mga alipin

Ang tao ay naligaw nang malayo mula sa kanyang makalangit na tahanan at nawala ang panloob na paraiso ng pakiramdam na malapit sa Diyos at ang Diyos na malapit sa kanya, at hindi niya mababawi ang paraisong iyon nang .walang personal na pagsisikap

Nilikha tayo ng Diyos ayon sa Kanyang wangis, ngunit ang katotohanang ito ay nakaligtaan sa ating mga isipan. Nabigo tayo sa ilusyon na ang ating kapalaran ay kahirapan at ang ating kapalaran ay pagkalipol. Kailangan nating punitin ang lambong ng ilusyon gamit ang punyal ng karunungan upang makita ang nagniningning na .katotohanan sa likod nito

?Sino tayo at ano ang tunay nating pagkatao

Ang mga tao ay may malinaw na pagkakaiba, maging sa kanilang sikolohikal o emosyonal na kayarian, ang mga papel na ginagampanan nila sa buhay, ang trabaho at mga aktibidad na kanilang hinahangad, o ang mga hangarin na kanilang nararamdaman. Ngunit sa ilalim ng lahat ng pagkakaibang ito ay nakasalalay ang dalawang bagay na gusto at kailangan ng bawat tao nang walang pagbubukod.

Ang isa ay kalayaan mula sa lahat ng uri ng sakit at kagustuhan. Ang isa pa ay ganap at pangmatagalang kaligayahan—ganap na kasiyahan, kung saan nananatili ang .kapayapaan, pag-ibig, karunungan, at kagalakan

Sa katotohanan, ang pinagsisikapan ng mga tao na makamit ay ang Diyos, gamitin man nila ang pangalang iyon o hindi. Sinasabi ng mga pantas na ang Diyos ang diwa ng kaligayahan at ang diwa ng kaligayahan. At hindi makakaranas ng ganap na kasiyahan ang isang tao maliban kung direktang humuhugot mula sa kosmikong pinagmumulan. Ito ay isang mahalagang punto para .maunawaan ang kalagayan ng tao

Ngunit saan nga ba hinahanap ng mga tao ang kanilang ?hinahanap

Hinahanap lamang nila ito sa mga makamundong bagay: sa mga ari-arian, mga panlabas na kalagayan, at mga relasyon sa ibang tao. Ngunit imposibleng matagpuan

ito sa anumang bagay, sinuman, o anumang pangyayari sa .mundong ito, dahil sa mismong kalikasan ng paglikha

Ang paglikha ay batay sa prinsipyo ng dualidad.

Imposibleng magkaroon ng isang larawan sa iisang kulay lamang, dahil walang paraan para mabuhay nang wala ang kabaligtaran nito. Gayundin, imposible para sa anumang aspeto ng pag-iral na umiral nang hiwalay sa dualidad.

Gayunpaman, sa pagsusuri sa mga pagnanasang nag-uudyok sa mga tao, natutuklasan natin na ang bawat isa sa atin ay nagnanais lamang ng mabuti, kaaya-aya, maganda, at positibong mga bagay, nang walang kahit kaunting pagnanais na harapin ang anumang hindi kanais-nais o hindi .kanais-nais. Ngunit imposible iyon

Sa dualistikong mundong ito, walang kasiyahan kung walang sakit, walang liwanag kung walang kadiliman, walang mabuti kung walang kasamaan, walang buhay kung walang kamatayan. Ang dalawang panig ng barya ay hindi mapaghihiwalay. Nangangahulugan ito na ang mga bagay na ating hinahangad sa kaibuturan ng ating sarili ay hindi .makukuha mula sa mundong ito

Naghahanap ang mga tao—oo, buong lakas silang naghahanap—ngunit hindi nila mahanap ang kanilang hinahanap, na nagdudulot ng kawalan ng pag-asa at kawalan ng pag-asa. Hindi lamang ito humahantong sa kawalan ng pag-asa kundi pati na rin sa matinding sama ng loob at matinding galit, at dahil dito ay sa mga kilos ng karahasan. Nangyayari ang lahat ng ito dahil hindi nila hinahanap ang kanilang hinahanap sa tamang lugar, at dahil dito, hindi nila matatagpuan ang ninanais ng kanilang mga .puso

Ang mga tao sa ating panahon ay hindi gaanong nakakaalam tungkol sa kahulugan at layunin ng buhay, at .samakatuwid ay nagdurusa sila sa kalituhan at pagkalito

Likas sa mga tao na ang mga tao ay may layunin. Kung wala silang layunin sa buhay, at kung ang kanilang mga isip, enerhiya, kalooban, at emosyon ay hindi nakadirekta sa positibo at nakabubuo na paraan, sila ay babaling sa mga mapaminsalang landas tulad ng pag-abuso sa alkohol at droga, paggamit ng karahasan, at iba pa. Ang pangunahing layunin ng buhay ay ang pagkilala sa Diyos at tungkulin ng mga indibidwal na pag-isahin ang kanilang mga tungkulin at panlabas na gawain sa pamamagitan ng matuwid na mga kilos, mabubuting pananaw, positibong saloobin, at kapaki-pakinabang na paggamit ng kanilang mga emosyon

Ang dalawang aspeto ng ating kalikasan—ang panloob o espirituwal na aspeto at ang panlabas na aspeto—ay hindi magkasalungat kung nauunawaan nang tama. Bagkus, sinusupportahan nila ang isa't isa at tinutulungan tayong mapaunlad at mapahusay ang ating pisikal, sikolohikal, emosyonal, at espirituwal na kakayahan at potensyal

Ang mga tao ay nabubuhay sa isang malaking kawalan, walang intelektwal na estimulasyon o sikolohikal na estimulasyon. Nakakaramdam sila ng pagkabagot dahil sa kawalan ng layunin at kawalan ng anumang bagay na maaaring magbigay ng halaga at kahulugan sa kanilang buhay. Ang karaniwang tao ay maaaring gumana at kumilos na parang sila ay malusog sa sikolohikal at mental na aspeto, ngunit masaya ba sila

Ang pangunahing layunin ng buhay ay ang malaman kung sino tayo at kung ano ang ating tunay na kalikasan. Kung bibigyan natin ng atensyon ang mas malalalim na aspeto ng buhay, tiyak na makakaramdam tayo ng kaligayahan, dahil ang kaligayahan ng tao ay nauugnay sa pakikipag-ugnayan sa espirituwal na sarili, na kung wala ito ay walang pag-iral o pagkatao ang isang tao

Ang takot sa pagkabigo o sakit ay napapaunlad sa pamamagitan ng patuloy na pag-iisip tungkol dito hanggang sa ang ideya ng pagkabigo ay tumagos mula sa malay na isip patungo sa subconscious at kalaunan ay umabot sa mas mataas na kamalayan. Pagkatapos, ang takot, na nakaugat sa subconscious at mas mataas na kamalayan, ay nagsisimulang dumami at lumago hanggang sa mapuno nito ang malay na isip ng mga damo ng takot na hindi kasingdali ng unang pag-iisip kapag ito ay sumibol. Ang mga mapaminsalang damong ito ay kalaunan ay nagbubunga ng nakalalason at nakamamatay na bunga. Sa kabutihang palad, ang mga ugat nito ay maaaring maalis mula sa loob sa pamamagitan ng matinding pagtuon sa lakas ng loob at pagtanim sa kamalayan ng lubos na pananampalataya sa Diyos at na kaya Niyang tulungan ang mga nais tulungan ang kanilang sarili at protektahan sila mula sa .kapahamakan

Noong unang panahon, isang maliit na bula ang lumulutang sa ibabaw ng dagat, nag-iingat sa mga bagyo at kidlat, nang marinig niya ang isang tinig na bumubulong sa "kanya: "Maliit na bula ng buhay, anong problema mo

Hindi mo ba alam na bahagi ka ng karagatan ng buhay?

Lumingon ang maliit na bula sa paligid at napagtanto ang .katotohanang iyon

Ang kamalayan ng tao ay lumulutang na parang isang maliit na bula Sa ibabaw ng dagat ng kosmikong kamalayan, iniisip na ito ay pansamantalang bula, nanginginig sa takot sa sakit, kahirapan, at kamatayan Oh bula, natatakot ka ba sa karagatan? Tumingin sa paligid, magmasid nang mabuti Ilipat ang iyong pananaw mula sa iyong agarang kapaligiran patungo sa walang hanggang kaharian ng Diyos Humilig nang mas malalim, palawakin ang iyong pang-unawa, upang malaman at makatiyak ka Na ikaw ay kaisa ng Kanyang

malawak na dagat, at ang Diyos ay sumasaiyo
Pinoprotektahan ka Niya, inaalalayan ka Niya, ngayon at
.magpakailanman

Pag-iwas sa mga bitag at patibong

Sa tuwing nakakaramdam ka ng matinding pagnanais sa
iyong puso na naghihikayat sa iyo na tuparin ito, gamitin ang
pag-unawa at tanungin ang iyong sarili, "Ito ba ay isang
mabuting pagnanais na maaaring matupad, o isang
masamang pagnanais na hindi dapat igalang?" Ang mga
hindi malusog na materyal na pagnanasa ay hinihikayat ang
ating masasamang gawi sa pamamagitan ng pagbibigay sa
atin ng mga maling pag-asa at mapanlinlang na kaligayahan.
Sa ganitong mga pagkakataon, ang kapangyarihan ng pag-
unawa ay dapat gamitin upang ibunyag ang katotohanan.
Ang masasamang gawi ay humahantong sa kalungkutan.
Kapag ang kanilang tunay na kalikasan ay nalantad,
nawawalan sila ng kapangyarihan upang mabitag ang isang
tao sa mga bitag ng pagdurusa at mga patibong ng
.paghihirap

Mga repleksyon at kwento

Sa buhay at kamatayan, sa mga kalungkutan at
kalamidad, ang aking pananampalataya sa Iyo, O Panginoon,
ay nananatiling malakas at hindi natitinag, matatag at hindi
natitinag

Ang bawat hininga ng aking pananabik at pagsusumamo
ay nagbubukas ng mga pinto at bintana sa aking kaluluwa
.kung saan ako patungo sa kaligayahan ng Diyos

Kung paanong sumisikat ang araw sa mga
pinakamasisikip na lugar, makikita ko rin ang mga sinag ng
banal na pag-ibig sa lahat ng aspeto ng aking buhay at
.pang-araw-araw na gawain

Pagpalain mo ako, O Panginoon, upang magising ko ang
aking kaluluwa sa buhang-liwayway at madala ito sa iyong
pinagpalang pintuan

Ang kwento ng usang musk

Ang musk ay isang mahalagang sangkap na may
matapang na halimuyak, na matatagpuan sa pusod ng musk
.deer na naninirahan sa mataas na Himalayas

Kapag ang usa ay umabot sa isang takdang edad, ang
nakabibighaning musk ay magsisimulang tumagas nang
palihim mula sa pusod nito, at ang usa ay nababalisa sa
kaakit-akit na halimuyak na iyon at nagsisimulang sumayaw
at hanapin ang pinagmumulan ng kaaya-ayang amoy na
.iyon

Palipat-lipat ito ng lugar, sumisinghot sa pagitan ng mga
bato at sa ilalim ng mga puno, hinahanap sa lahat ng dako
.ang pinagmumulan ng kapanapanabik na amoy na iyon

Sa huli, siya ay nagagalit, mas nababagabag, at
nababalisa kapag siya ay nawawalan ng mga salita at hindi
mahanap ang kanyang hinahanap nang may pananabik at
.pagmamahal

Sa huling pagtatangka na maabot ang pinagmumulan
ng musk, tumatalon ito mula sa matatayog na mabatong
bangin patungo sa malalim na lambak upang harapin ang
kanyang kapalaran at kamatayan, kung saan nahuli ito ng
mga mangangaso at nakuha ang musk sac o glandula mula
.rito

Kaugnay nito, isa sa mga naliwanagang makata ang
:bumigkas ng isang bagay na ganito ang kahulugan

!O usang musk, ikaw na hangal

?Bakit ka nagdurusa? Bakit ka walang tulog

Makukuha ang musk na ito

!Gamit ang sako ng tiyan mo, tanga

Kahit na hawakan mo gamit ang iyong ilong

Sa iyo nagmumula ang lihim na halimuyak

Nanalo ka sana sa inaasahan mo

At nabuhay ka nang hindi gumagastos

Hindi ba ninyo naiisip, mga kaibigan ko, na karamihan
sa mga tao ay kumikilos na parang usa? Palagi at walang
hanggan silang naghahanap ng kaligayahan kahit saan sa
.labas ng kanilang mga sarili

Oo, hinahanap nila ang kaligayahan sa paglalaro, at
pinapakawalan ang kanilang sarili sa mga pagnanasa at
pagnanasa. Inaakyat nila ang madulas na landas ng
kayamanan hanggang sa tuluyan silang tumalon mula sa
mga bangin ng matataas na pag-asa patungo sa mga bato
ng pagkabigo at kabiguan kapag hindi nila mahanap ang
tunay na kaligayahang nakaimbak sa pinakamalalim na
.kaibuturan ng kanilang mga kaluluwa

Kung ibabaling natin ang ating mga iniisip sa loob, at
magninilay nang malalim, matatagpuan natin sa
katahimikan ng kaluluwa ang pinagmumulan ng tunay at
.pangmatagalang kaligayahan na ating hinahanap

Hindi tayo dapat maging katulad ng usang musk, na
namamatay sa paghahanap ng kaligayahan sa mga maling
lugar. Sa halip, dapat tayong maging mapagmatyag at
sikaping hanapin ang kaligayahan sa loob ng ating sarili,
.hindi sa labas ng ating sarili

Ang Kwento ng Butones

Minsan, may isang lalaki na lumapit sa akin at
nagsabing mayroon siyang malalang sakit sa puso, at
:idinagdag pa

Marami na akong sinubukan, pero hindi ko maalis ang"
"sakit ng puso ko

Matapos mag-isip nang mahinahon, hiniling ko sa kanya
na bigyan ako ng gunting. Tiningnan niya ako nang
:nanginginig at sinabing

"?May balak ka bang hiwain ang puso ko, ginoo"

Tumawa ako at sumagot, "Hindi ako doktor. Nakarinig
ka na ba ng taong gumagamit ng gunting para sa
"!operasyon

Sa wakas, nag-aatubili siyang kumuha ng gunting, kaya
pinutol ko ang isa sa mga butones ng kanyang amerikana at
sinabihan siyang huwag nang manahi ng isa pang butones
kapalit nito, at huwag niyang ilagay ang kanyang kamay sa
bahaging nawawala ang butones. Sinabihan ko rin siyang
bumalik sa akin pagkatapos ng dalawang linggo, at
.inaasahan kong gagaling siya sa panahong iyon

Tumawa ang lalaki at sinabing, "Gagawin ko ang hiniling
mo dahil nagtitiwala ako sa iyo, ngunit sa palagay ko ito ang
"!pinakakakaibang gamot na nireseta sa akin

Pagkalipas ng dalawang linggo, tumakbo siya papunta
:sa akin at, gulat na gulat, ay nagsabi

Tiniyak sa akin ng mga espesyalista na gumaling na"
ako sa sakit sa puso. Kaya, alang-alang sa Diyos, ano ang
ginawa mo? Nakabunot ka ba ng dyini mula sa isang
"?butones

Sumagot ako nang nakangiti: "Oo! Ang kamay mo ay
palaging naglalaro sa butones, at ang butones ay nakahanay
"sa puso

Ang butones na iyon ang dyini na nagdudulot ng sakit sa
puso mo. Kaya pinutol ko ang butones at sinabihan kang
huwag itong ibalik o ilagay ang kamay mo sa puso mo. Sa
ganoong paraan, mawawalan ng pressure ang puso mo at
!hindi ka na masasaktan

Mabilis ang lahat ng bagay, at ang mga tao ay abala sa
maraming bagay. Natural lang, mas mabuting umani ng
biyaya ng mundo kaysa mag-aksaya ng oras, hayaang
lumipas ang panahon at mauwi sa kawalan. Ngunit ang
dapat anihin ay ang pinakamayamang ani sa buhay: ang
paglapit sa Diyos at pagkilala sa Kanya. Ang tanging paraan
upang makamit ang tunay na kaligayahan ay ang makamit
ang isang bagay sa mundong ito at ang makamit din ang
.espirituwal na tagumpay

Ang mga nakakakilala sa Diyos ay hindi nagsisimula ng
kanilang pang-araw-araw na tungkulin bago muna magnilay-
nilay sa Diyos at punuin ang kanilang mga isip at katawan
.ng pinagpalang banal na enerhiya

Ang maraming pangangailangan ng mundo ay maaaring
makahadlang sa mga naghahangad ng kanilang mga
espirituwal na layunin at makaligtaan sila mula sa kanilang
napiling landas. Ngunit ang mga may matibay na
determinasyon ay hindi hinahayaang may anumang bagay
na magtulak sa kanila palayo sa kanilang landas; sila ay
nagtitiyaga nang may determinasyon anuman ang mahirap
.o masamang kalagayan

Kahit ano pa ang ibigay sa atin ng mundo, hindi nito
masisiyahan ang pananabik ng ating mga puso, na
naghahangad ng isang bagay na mas matatag, mas

mahalaga, at mas mahalaga kaysa sa lahat ng kayamanan
.at kayamanan ng mundo

Kapag ang isang tao ay namatay—nawa'y mabuhay ka
nang matagal—walang kapangyarihan sa mundo ang
makakagawa ng anuman para sa kanila Sino ang
makakatulong sa atin pagkatapos nating lisanin ang
mundong ito? Diyos Kaya naman, dapat nating laging
tandaan na ang mundong ito ay pansamantalang hintuan
lamang sa ating paglalakbay patungo sa ating makalangit na
tahanan, kung saan tayo ay mabubuhay magpakailanman sa
.piling ng Pinakamaawain

Ang labis na kayamanan ay hindi garantiya ng
kalusugan, kapayapaan, at bisa, ngunit ang pagkamit ng
kapayapaan at bisa ay hahantong sa balanseng tagumpay
.sa parehong espirituwal at materyal na antas

Karamihan sa mga tao ay nagkakaroon ng kahusayan sa
pag-iisip upang makamit lamang ang materyal na tagumpay.
Ngunit kapag ang isang tao ay naging panginoon ng
kanyang sarili at pinamamahalaan ang kanyang mga
sikolohikal na kapangyarihan at kumikilos alinsunod sa banal
na plano, ang kanyang buhay ay pagpapalain, at matitikman
niya ang nektar ng espiritu habang narito sa mundong ito.
Hindi na siya magiging bilanggo ng mga gawi at pagnanasa,
kundi ang kanyang kamalayan ay mababago tungo sa puso
ng banal na presensya, at siya ay mananahan doon na
nagtatamasa ng mga panibagong kasiyahan na hindi
.mailalarawan

Ang katawan ang pinakadakilang parmasya

Natuklasan ng mga mananaliksik sa medisina na kapag
nakakaranas tayo ng labis na kagalakan, ang katawan ay
gumagawa ng mga antidepressant at iba pang mga sangkap
na nagpapababa ng stress na kasinglakas at kasing epektibo

ng mga inireseta ng mga doktor. Ang katawan ang pinakadakilang parmasya sa Mundo, na may kakayahang gumawa ng tamang bagay sa tamang oras kapag tayo ay naaayon sa espirituwal na balanseng inilagay ng Diyos sa .loob natin

Hindi lahat ng stress ay nakakapinsala; ginigising ng stress ang mahalagang enerhiya na dumadaloy sa ating mga katawan at pinasisigla ang aktibidad at paggalaw. Ipinakita ng mga pag-aaral na ang makatwirang dami ng stress ay .kapaki-pakinabang

Ngunit ang problema ay lumilitaw kapag ang stress ay lumampas sa isang malusog na antas

Bawat isa sa atin ay may personal na limitasyon sa stress, at kapag lumampas sa limitasyong iyon, tayo ay nagiging mas stressed kaysa sa nararapat, at maaaring hindi natin ito namamalayan hanggang sa magsimulang lumitaw .ang mga problema sa katawan, emosyon, at isipan

Ang buhay kasama ang Diyos ay kagalakan at kaligayahan, samantalang kung wala ang Diyos ay may pagkabalisa, kaguluhan, kahirapan, at maging sakuna. Kaya paano tayo makakatagpo ng kapayapaan at katahimikan sa isang buhay na pinangungunahan ng mga kalamidad at trahedya, at makapagdudulot ng kaunting kaligayahan sa ?mundong ito

Ang unang kailangan ay ang maging mulat sa mga pressure ng buhay kapag tayo ay nasa ilalim ng .impluwensya ng mga ito

Ang Diyos ay Marunong at Nakakaalam ng Lahat, at pinagkalooban Niya ang ating mga katawan ng mga senyales tulad ng ginhawa, kakulangan sa ginhawa, katahimikan, at pagkabalisa, at dapat nating bigyang-pansin

ang mga senyales na ito. Mayroong banal na katalinuhan sa loob ng ating mga katawan na sumusubok na sabihin sa atin ang isang bagay, at dapat nating pakinggan ang mga mensaheng ito sa mga oras ng stress o pahinga. Kapag nakakaramdam ka ng stress, ituon ang iyong isip sa bahagi ng iyong katawan na nakakaranas ng stress, pagkatapos ay huminga nang malalim at, kasabay nito, dahan-dahang intensine ang bahaging iyon hanggang sa ito ay manginig. Pagkatapos ay magrelaks at bitawan ang tensyon. Makakatulong ito na mapanatili ang masigla at mahalagang balanse sa katawan at protektahan ito mula sa mga .mapaminsalang epekto ng stress

Maaari rin nating pamahalaan ang emosyonal na stress sa pamamagitan ng paghinga. Kapag nakakaramdam ka ng takot o anumang iba pang mapaminsalang emosyon, huminga nang dahan-dahan, malalim, at ritmo nang ilang beses, na hinahayaan ang iyong katawan na magrelaks sa bawat pagbuga ng hangin. Makakatulong ito na mapabagal ang mabilis na tibok ng puso, maibalik ang normal na sirkulasyon ng dugo, mapadali ang daloy ng mahalagang enerhiya sa iyong mga nerbiyos, at makakatulong na .pakalmahin ang iyong isip at linawin ang iyong mga iniisip

Ang buhay ay hindi isang emergency; ito ay isang magandang banal na pagpapahayag, at dapat natin itong tamasahin. Tandaan natin na ang isang ngiti ay isang kapangyarihan; kung hindi natin ito gagamitin, mawawala sa .atin ang isang mahalagang aspeto ng buhay

Ang mga tao ay mga kaluluwa na may mga emosyon at damdamin, at mayroon silang katawan na kanilang isinusuot na parang damit o panlabas na amerikana. Ngunit hangga't nabubuhay tayo sa antas lamang ng katawan at mga emosyon, mahuhulog tayo sa ilalim ng negatibong .impluwensya ng stress at tensyon

Kapag tayo ay naaayon sa ating esensyal na kalikasan, na siyang espiritu, ang kagalakan ng espiritu ay dumadaloy sa puso at nagiging pag-ibig. Ang pagdadama sa pag-ibig na ito, na konektado sa kapayapaan at katahimikan ng kaluluwa, at pagkilos at pakikipag-ugnayan sa ilalim ng maayos na impluwensya nito, ang pinakaangkop na paraan upang mamuhay nang natural sa isang mundong puno ng tensyon at kontradiksyon. Ang pakikipag-ayon sa .kagalakang ito ang solusyon sa mga problema ng buhay

Paalala: Tungkol sa pahayag na: "Ang katawan ay gumagawa ng antidepressant at iba pang mga sangkap na nagpapababa ng stress at tensyon, na hindi gaanong mabisa at epektibo kaysa sa mga inireseta ng mga doktor," hindi ito payo na huwag nang gamitin ang medikal na payo at reseta, .kaya naman kailangan ang paglililaw

Mga ekwasyon ng magnetiko

Isang taong may malakas na presensya at masasamang tendensiya + isang taong mabait ngunit mahina ang loob = ang masamang magnetismo ay nangingibabaw kaysa sa kabaitan

Ang taong mahina ang loob na may masasamang tendensiya + ang taong matigas ang loob na may mabubuting tendensiya = ang magnetismo ng kabutihan ay natatalo ang masama

Mahinang espirituwal na magnetismo + masamang biomagnetismo = malakas na masamang magnetismo

Malakas na kalakasan sa moral + mahinang kalakasan sa moral = mas malakas na kalakasan sa moral

Ang taong galit at marahas + ang taong mahinahon at mabait = ang magnetismo ng galit ay nangingibabaw kaysa sa kahinahunan

Malakas, balanse, at kalmadong ugali + ugali na minsan
ay may tendensiyang maging kawalang-kasiyahan =
nangingibabaw ang pang-akit ng katahimikan

Talamak na nakatanim na pagkabigo + hindi gaanong
nakatanim na pagkabigo = malakas na magnetismo ng
pagkabigo

Malakas na positibong tagumpay + mas kaunting
positibong tagumpay = pinahusay na tagumpay

Malakas na panginginig ng boses ng pagkabigo +
malakas na panginginig ng boses ng tagumpay = alinman sa
malakas na magnetismo ng pagkabigo o malakas na
magnetismo ng tagumpay, depende sa kapaligiran at mga
kondisyon

Isang malakas at matinong pag-iisip + ganap na
kamangmangan = alinman sa katalinuhan at kasanayan o
kamangmangan at kahangalan

Natatanging kapangyarihang espirituwal + natatanging
praktikal na kapangyarihan = Espirituwal na magnetismo -
isang tunay na natatanging praktikal na kapangyarihan

Kung makikita lamang ng mga tao ang napakaraming
nilalang sa eter na nakapalibot sa kanila, marahil ay
susubukan ng ilan na hanapin ang kanilang mga yumaong
mahal sa buhay. Binuksan ng Diyos ang aking mga
espirituwal na mata, at nakikita ko ang marami sa mga
kaluluwang iyon na umalis sa mundo. Sa pamamagitan ng
malalim na pagtutuon sa espirituwal na mata (ang gitna ng
noo), makikita ng isa sa pamamagitan ng panloob na
paningin ang nagliliwanag na mundong tinitirhan ng lahat ng
mabubuting kaluluwa na umakyat sa eteric plane patungo sa
.presensya ng Pinakamaawain

Sa mga tao, ang puso ay gumaganap bilang isang wireless receiver at ang espirituwal na mata bilang isang transmitter. Kahit na hindi mo makita ang iyong mga yumaong mahal sa buhay, kung mahinahon mong itutuan ang iyong damdamin sa puso, mararamdaman mo ang presensya ng mga mahal mo sa buhay na ngayon ay nabubuhay sa mga ethereal na katawan, tinatamasa ang kapayapaan at seguridad ng Diyos at nagagalak sa kanilang kalayaan mula sa mga limitasyon ng katawan, kaya nakakatagpo ka ng ginhawa sa kanilang kapayapaan at ang .iyong puso ay panatag tungkol sa kanila

Kapag binibigkas ko ang pangalan ng Diyos, ang buong pagkatao ko ay natutunaw sa sukdulang kagalakan Ngunit ang kalagayang ito ay dumating lamang sa akin pagkatapos ng matinding pagsisikap Noong una, hindi ako mahilig manabik, dahil ang aking isipan ay naliligaw noon Ngunit ngayon, sa sandaling ituon ko ang aking mga iniisip at kamalayan sa espirituwal na sentro—ang espasyo sa pagitan ng mga kilay—lahat ng mga iniisip ay naglalaho, ang paghinga ay kusang humihinto, ang puso ay humihinto sa pagtibok, ang kaguluhan ng isip ay humuhupa, at ang mga kalagayan ng pagkatao ay bumababa sa kaluluwa, kaya't nararanasan ko ang espirituwal na kaligayahan at nababalot .ng banal na kaligayahan

Mga ginintuang kasabihan

Ang kaligayahan ay aking karapatan, aking mana, at aking nakatagong banal na kayamanan. Gabayan mo ako upang matagpuan sa aking sarili ang mga kayamanang higit .pa sa mga pangarap ng mga hari

* * *

Ang buhay ay isang matalinong paggalaw na may regular na ritmo. Hinuhubog nito ang sarili sa mga bagay na walang buhay, o kumukuha ng buhay at gumagalaw na

anyo. Ang buhay ay sumasaklaw sa lahat ng bagay at
.tumatagos sa lahat ng bagay

* * *

O Pinakamamahal, Ikaw ang buhay, Ikaw ang aking
layunin at mithiin

* * *

Gawin mo akong isang namumulaklak na rosas sa iyong
makalangit na hardin, o isang kumikinang na butil sa iyong
nagniningning na kuwintas ng pag-ibig, o bigyan mo ako ng
pinakadakilang karangalan: ang pinakamaliit na lugar sa
iyong puso

* * *

Kung saan pinahahalagahan ng iba ang aking mga
pagsisikap sa paggawa ng mabuti, doon ako
.makapagbibigay ng pinakamahusay na serbisyo

* * *

Maghabi tayo ng ginintuang alpombra ng mga pangarap
gamit ang mga sinulid na malasutla ng matatamis na alaala
at pinong mga kaisipan

* * *

Ang pag-ibig ay parang papel de liha na nagpapakintab
sa isipan at nag-aalis ng kagaspangan sa pagkatao

* * *

Ang mga pandemya, kalamidad, at marahas na
pagbabago sa kalikasan na nagdudulot ng pagkawasak,
pagkawasak, at malawakang pinsala ay hindi "mga banal na
utos". Ang mga sakunang ito ay nagmumula sa mga iniisip
at kilos ng tao. Saanman ang maselang balanse ng mabuti at
masama sa mundo ay nagugulo ng akumulasyon ng mga
mapaminsalang alon at vibrations na dulot ng masasamang
intensyon at pagkakamali ng tao, naghahari ang kaguluhan
.at nagaganap ang malawakang pagkawasak

* * *

Kukunin ko ang pinakamahusay mula sa bawat tao, at
pahahalagahan ko ang magagandang katangian ng lahat ng

nasyonalidad nang hindi nakatuon sa kanilang mga
.kapintasan

* * *

Kung paano natin pinapahalagahan ang nutritional value
ng ating pang-araw-araw na pagkain, dapat din nating
bigyang-pansin ang mga sikolohikal na sustansya na
.ibinibigay natin sa ating isipan araw-araw

* * *

Ang mabubuting salita ay isang kamangha-manghang
lunas para sa maraming karamdaman, nagtataglay ng isang
malakas, halos mahiwagang, magnetikong puwersa na
nagdudulot ng masaganang mga pagpapala at kasaganaan
sa kanilang nagsasalita. Ang mga gumagamit ng
nakapapawing-pagod at malumanay na mga salita ay
nakakaramdam ng banayad na daloy ng tubig sa
pamamagitan nito nang walang pagkaantala, na napupuno
sila ng malalim na pakiramdam ng katahimikan. Ito ay dahil
ang daloy na ito ay konektado sa mas mataas na
pinagmumulan nito, isang patuloy na daloy na umaabot sa
mga kaluluwang naaayon sa pinagmumulan na iyon, na
nagbibigay-daan sa kanila na magpadala ng kaligayahan sa
.mga naghahangad ng kapayapaan

* * *

Gaano karaming mabubuting salita mula sa puso ang
nakapagpawala ng maraming kalungkutan at gaano
karaming matalinong tinig ang nagliwanag sa madilim na
mga landas gamit ang mga lampara ng kagalakan at
!katahimikan

* * *

Lumalago tayo sa bawat karanasang ating
pinagdadaanan, basta't nauunawaan natin na may
matututunan tayong mahahalagang aral mula rito. Sapagkat
ang bawat sakit at pagdurusa na ating nararanasan ay may
.kahulugan at layunin

* * *

Sa kabila ng kalupitan ng mga eksperimento, para silang apoy na tumutunaw sa iron ore upang gawin itong .maganda, matibay, at maraming gamit na bakal

* * *

Ang lahat ng kahanga-hangang tagumpay sa aking buhay ay nakamit sa pamamagitan ng kapangyarihan ng isang isip na naaayon sa Diyos. Kapag tumatakbo ang banal na generator, lahat ng aking ninanais ay nagkakatotoo nang walang pagbubukod, unang nagkakahugis bilang isang dinakikita, mala-langit na disenyo at pagkatapos ay nagpapakita nang may hindi mapaglabanan na puwersa sa .katotohanan

* * *

Kapag ang isip ay bumulong sa Diyos ng isang taos-puso at maalab na bulong mula sa kaibuturan ng isang nananabik na kaluluwa, ang tawag ng espiritu ay hahawak sa puso ng lahat, at ang sagot ay darating, na may dalang matinding kagalakan. Ang intelektuwal na bulong na ito ay nagpapaunlad ng kalooban hanggang sa magkaroon ito ng lakas na kinakailangan upang makamit ang ninanais na .layunin

* * *

Kapag ang isip at kalooban ng isang tao ay naaayon sa Diyos, sila ay binibigyan ng walang hanggang kapangyarihan, kaya ang pag-iisip lamang tungkol sa isang bagay ay sapat na upang makamit ito, dahil ang banal na batas ay gumagana pabor sa mga taong naaayon sa kataas-taasang kalooban

* * *

Hindi dapat ilaan ng isang tao ang lahat ng kakayahang intelektuwal na ipinagkaloob sa kanya ng Diyos sa paghahangad ng mga bagay na panandalian, dahil baka mawala sila sa labirinto ng materyalismo at lumikha ng mga hindi kinakailangang limitasyon at hadlang para sa kanilang sarili. Sa halip, dapat nilang gamitin ang kanilang mga

kakayahang intelektwal upang makamit ang mga
pangangailangan sa buhay at sikaping paunlarin ang
kanilang mga kakayahang moral upang makilala ang
pagkakaiba sa pagitan ng tama at mali, at sa pagitan ng
kung ano ang nakakapinsala at kung ano ang kapaki-
.pakinabang

* * *

Ang katotohanan ay lampas sa mga opinyon at teorya,
at marami sa mga gumagamit ng pamamaraang ito ay
nabibigatan ng kanilang sariling mga subhetibong
.konklusyon

* * *

Buksan Mo, O Panginoon, ang mga pintuan ng
katahimikan at bantayan ang santuwaryo ng aking mga
espirituwal na kaisipan mula sa mga pag-atake ng
masasamang bulong. At hayaang mamulaklak ang mga
rosas ng aking mga pananabik sa hardin ng aking puso
habang hinihintay ko ang buhang-liwayway ng Iyong
.pagdating

* * *

Hindi makakamit ng kaalamang teoretikal ang banal na
kaalaman, at ipinapayong huwag gugulin ang mahalagang
oras ng isang tao sa mga teoryang hindi maaaring ilapat sa
realidad, kung hindi ay matatagpuan niya ang kanyang sarili
sa gitna ng masukal na kagubatan ng intelektwal at hindi
.kayang malampasan ang saklaw ng mga teorya

* * *

Ang kaligayahan ay bunga ng sikolohikal na tagumpay
laban sa pabagu-bagong mga pangyayari sa buhay

* * *

Siyang kinikilala ng Diyos ay maaaring hindi kilala ng
mundo

* * *

Kung ipoprograma ng isang tao ang kanyang sarili gamit
ang kaalamang teoretikal [nang walang aktwal na

pagsubok], siya ay magiging parang isang portable recording device na inuulit ang mga kawikaan at inuulit ang matatayog na parirala, at ituturing siya ng iba na isang matalinong iskolar, ngunit ang ganitong kaalaman ay hindi pinatitibay ng direktang pagdama sa katotohanan, ni hindi .ito natutumbasan ng espirituwal na tagumpay

* * *

Mananatili ang mga problema sa mundo, kaya saan makakahingi ng gabay at direksyon ang isang tao? Ang mga iniisip ng isang tao, na naimpluwensyahan ng mga gawi, pagtatangi, pagkiling, at panatismo, ay walang silbi, at ang mga impluwensya ng kanyang kapaligiran, pamilya, bansa, o mundo ay hindi kayang magbigay ng tunay na gabay.

Samakatuwid, dapat bumaling ang isang tao sa Diyos at makinig sa mahinahon at payapang tinig na nagmumula sa kaibuturan ng kaluluwa, isang tinig na naaayon sa .katotohanan

* * *

Buksan ang inyong mga puso sa banal na pagbubuhos upang ito ay dumaloy sa inyo at mapuno ang inyong mga .buhay ng mga espirituwal na pagpapala at kabutihan

* * *

Anuman ang iyong trabaho at anumang tagumpay na iyong makakamit, laging tandaan na ang Diyos ang siyang pinagmumulan ng lahat ng lakas na kailangan mo upang .magtrabaho at magtagumpay

* * *

Panginoon, hayaan Mo akong maalala Ka sa kahirapan at kasaganaan, sa sakit at kalusugan, sa kamangmangan at karunungan, at hayaan Mo akong makita ang Iyong pinagpalang liwanag na nagbibigay ng kagalingan at .paggaling sa isang iglap

* * *

Sa pag-iisa ng aking mga iniisip, ninanais kong marinig ang iyong pinagpalang tinig. Ilayo mo sa akin ang malupit at

makamundong mga tinig na nakatago sa mga tupi ng aking
alaala. Nais kong pakinggan ang iyong mapayapa at
malambing na tinig magpakailanman, sa katahimikan ng
.aking kaluluwa

* * *

Ang buhay ay nababalot ng kadiliman, at kung minsan
tayo ay natitisod at nag-aalangan na sumulong. Dapat
nating hayaang ang liwanag ng Diyos ang maging gabay
nating lampara habang tayo ay naglalakad sa madilim na
landas ng buhay. Siya ang kabilugan ng buwan sa mga gabi
ng kamangmangan at kadiliman, ang araw ng ningning sa
mga oras ng paggising, ang tanglaw ng patnubay, at ang
gabay na bituin para sa mga tumatawid sa mga karagatan
.ng makalupang, panandaliang pag-iral

* * *

Panahon na para gisingin ng tao ang kanyang kamalayan
mula sa pagkakatulog ng pagkalimot tungo sa paggising ng
diwa

* * *

Hinihiling namin sa Iyo, Panginoon, na itaas ang aming
kamalayan mula sa kaibuturan ng kamangmangan at
makitid at limitadong mga kaisipan patungo sa mga abot-
tanaw ng kapayapaan, liwanag, pag-ibig, at pangkalahatang
.habag ng tao

* * *

Sa kalaunan ay magiging mas maayos ang mga bagay-
bagay dahil ang mga kapangyarihan at kababalaghan ng
Diyos ay nakatago sa likod ng mga kontradiksyon ng buhay
ng tao, at sinumang hindi kumbinsido sa hindi maiiwasang
sitwasyon at sumusubok na tumagos gamit ang kanyang isip
at pananampalataya sa kung ano ang nasa kabila ng tabing
ay mabubuksan ang pinto para sa kanya na [kakatokin ng
bawat kamay na naniniwala]

* * *

Ang pananampalataya ay hindi kailanman
nangangahulugan ng pagiging pabaya o hindi pagharap
nang matalino sa mga sitwasyon. Sa halip, anuman ang
mangyari, dapat tiyakin ng isang tao sa kanyang sarili na
ang Diyos lamang ang makakasuporta sa kanya sa mahirap
at nakababahalang mga sitwasyon kung siya ay lalapit sa
.Kanya nang buong puso, kaluluwa, at damdamin

* * *

Kung ang ating mga pandama ay naghatid ng buong
katotohanan sa atin, makikita natin ang Daigdig bilang mga
ilog ng mga elektron, at makikita natin ang bawat butil ng
.alibabok bilang isang gumugulong na masa ng liwanag

* * *

Yaong mga tumatagos gamit ang kanilang pananaw
mula sa materyal patungo sa espiritu ay nauunawaan ang
.kalikasan ng ilusyon at nalalaman ang diwa ng katotohanan

* * *

Nasa kagubatan man ng Africa ang isang tao, nasa
larangan ng digmaan, nagdurusa sa sakit o kahirapan, dapat
niyang kumbinsihin ang kanyang sarili na ang kamay ng
Diyos ay mas malakas kaysa sa panganib at may
kakayahang protektahan ang mga taong humihingi ng
.kanlungan sa Kanya

Wala nang mas epektibong paraan upang protektahan
ang sarili. Siyempre, dapat gamitin ang lohika sa pagharap
sa mga pangyayari at kasabay nito ay magkaroon ng lubos
.na pananalig sa tulong ng Diyos

* * *

Ang pag-ibig na nananahan sa puso ng lahat ng nilalang
—ang pag-ibig ng lahat ng ina, ama, kaibigan, at mga mahal
sa buhay—ay nagmumula sa banal na pag-ibig

* * *

Dapat gumawa ng pagkakaiba sa pagitan ng mga
pangunahin at maliliit na tungkulin, na inuuna ang
pinakamahalaga kaysa sa mga mahalaga lamang. Bukod pa
rito, walang tungkulin ang dapat sumalungat sa isa pa.
Sinasabi sa atin ng mga banal na kasulatan na kapag ang
isang tungkulin ay sumasalungat sa isa pa, ito ay katibayan
.na hindi ito isang tunay na tungkulin

* * *

Habang kumakalat ang mahahalagang sinag ng araw,
ikakalat ko ang mga sinag ng pag-asa sa mga puso ng mga
mahihirap at mga pinabayaan [mga taong pinabayaan ng
lipunan], at magtatanim ako ng bagong determinasyon sa
.mga puso ng mga taong nag-iisip na sila ay mga bigo

* * *

Sinabi ng gurong si Paramahansa sa isa sa kanyang
mga disipulo: "Huwag mong ibukod ang sinuman sa iyong
bilog ng pag-ibig. Panatilihin ang lahat sa iyong puso at
".pananatilihin ka rin nila sa kanila

* * *

Panginoon, tulungan mo akong laging gamitin ang aking
kalooban upang maisakatuparan ang mga kapaki-
.pakinabang at mabubuting gawa
Tulungan mo akong sumunod sa Iyong kalooban upang
ang lahat ng aking mga iniisip ay tumugon sa Iyong mga
.layunin at naaayon sa Iyong kalooban
Tinulungan niya akong gisingin ang nakatago at
pinagpalang kapangyarihan sa loob ko upang malampasan
.ko ang lahat ng kahirapan at pagsubok

* * *

Gumising sa matapang at mapagpakumbabang
espirituwal na personalidad – isa na pinagsasama ang lakas
ng mga leon at kahinahunan ng mga kalapati

* * *

Hindi ako maaabala ng mapait at maling kritisismo, ni
ng labis na papuri at pambobola. Ang tanging hangarin ko ay

sundin ang iyong kalooban, O Panginoon, at makamit ang
.iyong pabor

* * *

Hindi mo maisip ang labis na kagalakan na pupuno sa
iyo kapag naramdaman mo ang banal na presensya. Ang
iyong kaluluwa ay malalasing sa walang hanggang pag-ibig
ng Diyos. Ito ay isang pag-ibig na nakahihigit sa anumang
pag-ibig ng tao nang milyun-milyong beses—isang pag-ibig
na tumutupad sa lahat ng iyong mga hangarin at pumupuno
.sa iyong puso ng kagalakan at kasiyahan

* * *

Sa pamamagitan ng panloob na pokus, maaari mong
direktang maranasan ang espirituwal na kaligayahan sa loob
mo at sa paligid mo. Kung iyong linangin ang kamalayang
ito, ang iyong personalidad ay lalago nang maayos, at
magkakaroon ka ng kaakit-akit na magnetismo para sa mga
.tao at iba pang nilalang

* * *

O Dakilang Tagapagtanggol, wala akong pakialam kung
mawala ang lahat dahil sa aking kapalaran, na aking sariling
kagagawan, ngunit hinihiling ko sa iyo, aking tanging
kanlungan, na protektahan ang kandila ng aking pag-ibig
para sa iyo mula sa mga hangin ng kapabayaang at
.pagkalimot

* * *

Uminom tayo nang husto sa dalisay at nakakapreskong
tubig ng kapayapaan na dumadaloy mula sa mga bukal ng
kanais-nais na mga kalagayan, na pinatitibay ng ating
matibay na paninindigan na mag-isip nang positibo at
.magkaroon ng optimistikong pananaw

* * *

Ang konsensya ay isang intuwisyon na nagpapakita ng
tunay na kalikasan at mga motibo ng isang tao. Kapag
malinis ang iyong konsensya, at alam mong ginagawa mo
ang tama, wala kang dapat ikatakot. Ang malinis na

konsensya ay isang patunay ng mabuting pag-uugali mula sa Diyos. Ang pagiging napawalang-sala sa hukuman ng konsensya ay nangangahulugan ng pagkakaroon ng kaligayahan at pagtanggap ng mga pagpapala ng Diyos

* * *

Subukang gumawa ng mga bagay na matapang at kasiya-siya na hindi ginagawa ng karamihan, at magbigay ng pagmamahal at kapayapaan sa mga taong hindi napapansin .ng iba

* * *

Sinabi ng gurong si Paramahansa sa isa sa kaniyang

:mga disipulo

Kung hindi ka maglalaan ng oras sa paglinang ng isip,"

kahit gaano karaming materyal na kasaganaan ang makapagbibigay sa iyo ng kasiyahan. Ang paglinang na ito ay hindi pagpapahirap kundi pagsasanay ng kamalayan upang pangalagaan ang mga kaisipan at kilos na ".humahantong sa kaligayahan

Ang kaligayahan mo ay ang iyong tagumpay, kaya

huwag mong hayaang nakawin ito sa iyo ninuman.

Protektahan ang iyong sarili mula sa mga taong nagtatangkang mang-istorbo sa iyo. Noong bata pa ako, nawawalan ako ng pasensya tuwing may nagkakalat ng mga maling tsismis tungkol sa akin. Kalaunan, napagtanto ko na mas mahalaga ang aking kapayapaan ng isip kaysa sa .pagsang-ayon o paghanga ng mga tao

* * *

Kung alam mo lang sana ang kwento ng banal na pag-ibig na nararanasan ng ilang deboto sa Diyos! Walang ibang karanasan sa buhay ang maihahambing sa kagalakang iyon.

May kilala akong isang santo na patuloy na nakalubog sa pag-ibig ng Diyos, at ang kanyang mukha ay nagniningning ng banal na pag-ibig. Ang mata ng Diyos ay laging nasa mga

nagmamahal sa Kanya, at hindi Niya sila pinababayaan kahit
.isang sandali

* * *

Kaunti lang ang mga interesado sa pagpapaunlad ng
kanilang mga kakayahang pangkaisipan at espirituwal

* * *

Huwag mong hayaang lumubog ang iyong sarili sa ilalim
ng pagpapaliban. Bumangon mula sa pagkakatulog ng
nakakabagot na ordinaryong realidad at humakbang
patungo sa mga abot-tanaw ng isang pinong buhay kung
.saan mayroong tagumpay, kagalakan, at kapayapaan

* * *

Sa loob mo ay naroon ang napakalaking potensyal na
naghihintay na mamuhunan, at ikaw lamang ang may
.kakayahang paganahin at makinabang mula rito

* * *

Ang kalayaan mula sa mga utos ng masasamang gawi
at hindi malusog na mga hilig ay nagdudulot ng higit na
kaligayahan kaysa sa materyal na tagumpay
Ang tagumpay sa panitikan ay nagdudulot ng sikolohikal
na kaligayahan na hindi kayang alisin sa iyo ng mga
.panlabas na pangyayari

* * *

Maaari mong gugulin ang lahat ng iyong oras sa pag-
iipon ng pera, ngunit ang perang iyon ay hindi magbibigay
sa iyo ng pangmatagalang kapayapaan at seguridad na
iyong hinahanap. Sa kabaligtaran, magdudulot ito sa iyo ng
mas maraming kalungkutan dahil ang kaligayahan at
.kapayapaan ay nasa isip, hindi sa mga bagay mismo

* * *

Huwag mong hayaang ang kahinaan ay tumagos sa
iyong isipan, at maging maingat sa pakikisalamuha sa mga
taong may negatibong kaisipan at pesimistikong pananaw,
dahil baka ang kanilang mahihinang kaisipan ay tumagos sa
iyong isipan, maliban na lang kung ang iyong isipan ay

umabot na sa isang antas ng kalakasan na hindi na ito
kayang pahinain ng mga kaisipan ng iba, bagkus, sa
kabaligtaran, nagagawa nitong palakasin ang mga kaisipan
.ng iba at pahasayin ang kanilang tiwala sa sarili

* * *

Ang Diyos ang inuuna, at hindi natin dapat simulan o
tapusin ang ating araw nang hindi Siya iniisip. Dapat nating
tandaan na kung wala ang lakas at enerhiyang natatanggap
natin mula sa Diyos, hindi natin magagawa ang alinman sa
ating mga gawain. Ito ang ating pinakadakilang tungkulin sa
.Kanya

* * *

May paraan upang suriin at husgahan ang mga
kaugalian at tradisyon. Sa simula, ang bawat tradisyon ay
may katwiran. Kung matutuklasan natin na ang katwiran ay
totoo pa rin, kung gayon ang tradisyon ay may kahulugan at
pakinabang. Gayunpaman, hindi matalino na sundin ang
mga tradisyon nang walang taros. Dapat nating malaman
kung ano ang tama at sundin ito, alamin kung ano ang
maaaring magdulot sa atin ng kaligayahan at pagkatapos ay
.ilapat ito

* * *

Kapag nakakita ka ng napakaraming tao na kulang sa
kaligayahan o tagumpay, huwag mong isipin na iyon na ang
kanilang kapalaran. Maaari mong gawin ang anumang gusto
mo. Ang panloob na tagumpay mo ang tunay na
.nagpapatagumpay sa iyo

* * *

Kung wala kang laman sa iyong sarili, hindi ka magiging
masaya. Ngunit kung wala kang laman sa paligid mo at
masaya ka sa iyong sarili, walang alinlangan na ikaw ay
matagumpay. Kaya, imposibleng husgahan ang mga tao
.batay sa kanilang panlabas na kalagayan

* * *

Sa gitna ng napakaraming tao, maaaring may isang
taong nakarating na sa isang kalagayan ng espirituwal na
kataas-taasan at nagtatamasa ng panloob na kapayapaan at
.sukdulang espirituwal na kaligayahan

* * *

Alam kong tiyak na lahat ng kailangan ko ay darating sa
akin, kaya hindi ako nag-aalala tungkol sa kung ano ang
naghihintay sa hinaharap. Hindi ito pagmamayabang o
pagkukunwari, dahil naranasan ko na ang gawa at bisa ng
pinagpalang kapangyarihang iyon sa aking buhay nang
.maraming beses

* * *

Lumulutang man ako sa ibabaw ng buhay o nalulunod
sa kailaliman ng dagat, alam kong kasama ko ang Diyos at
Siya ay kasama ko, at walang makakasakit sa akin. Ang
kaalamang iyon ay nagbigay sa akin ng di-malarawan at
.malalim na kaligayahan

* * *

Walang duda na ang pagbili ng bago ay isang kasiya-
siyang karanasan. Ngunit pagkaraan ng ilang sandali, ang
masayang pakiramdam na iyon ay unti-unting nawawala, at
maaari mo pa ngang tuluyang mawalan ng interes dito,
makalimutan ito at maghangad ng iba. Gayunpaman, ang
singil para sa bagay na iyon ay hindi malilimutan, lalo na
!kung binili mo ito nang hulugan

* * *

Dapat kontrolin ng isang tao ang kanilang buhay at
pasimplehin ito hangga't maaari. Dapat silang mag-ipon ng
pera para sa mga pangangailangan at emergency, unahin
ang pag-iipon kaysa sa paggastos sa mga luho, at tulungan
ang iba sa abot ng kanilang makakaya. Kapag tinulungan mo
ang iba, darating ang tulong sa iyo sa iba't ibang paraan, at
.wala kang kukulangin at wala kang mawawalan

* * *

Sa kagalakan ng lahat ng puso, naririnig ko ang
alingawngaw ng Iyong kaligayahan, O Panginoon, at sa
pagkakaibigan ng lahat ng tapat, nararamdaman ko ang
Iyong pag-ibig, ako'y nagagalak at ang puso ko'y nagagalak
sa tagumpay at kasaganaan ng aking mga kaibigan, tulad ng
aking pagsasaya sa aking sariling kagalingan at
kaginhawahan. Habang nagbibigay-inspirasyon ako ng
karunungan sa iba, pinararami ko ang mga kayamanan ng
aking sariling karunungan, at sa kaligayahan ng lahat,
.natatagpuan ko ang aking sarili

* * *

Ang pinakamalaking kaaway ng kaligayahan ay ang
pangungutang ng pera para makabili ng mga luho. May mga
taong nagkakamali sa paniniwalang hindi sila magiging
masaya hangga't hindi sila nakakakuha ng isang partikular
na bagay. Ngunit kahit na matapos nilang makuha ang
bagay na iyon, hindi nila mararanasan ang tunay na
kaligayahan, sa kabila ng pansamantalang kagalakang dulot
nito. Ano ang saysay ng paghabol sa ilusyon ng
kaligayahang panlupa na nangangakong masisira lamang?
Dapat mamuhay nang simple ang mga tao, nang hindi
nangangailangan ng maraming ari-arian na nangangailangan
.ng patuloy na atensyon

* * *

Ang paraiso ko ay nasa loob ko. Habang tinatamasa ko
ang mga pagpapala ng Diyos, nagpapasalamat ako sa
Kanya, at ang aking panloob na kagalakan ay lumalago.
Kung wala ang panloob na kasiyahan iyon, maging ang
mga kasiyahan at kagalakan sa mundo ay nagiging
impyerno. Napagtanto ko na kung wala ang panloob na
kagalakang iyon, ang pasanin ng mga responsibilidad na
ipinataw sa akin ay maaaring mag-alis sa akin ng aking
.kapayapaan at kaligayahan

* * *

Kung ang kayamanan ay kaakibat ng sakit at mga problema, ang mga kahihinatnan ay magiging marami. Ang kalinisan at pangangalagang pangkalusugan ay kabilang sa mga kalakasan ng Kanluran. Ang mga mapaminsalang insekto at nakamamatay na mikrobyo ay epektibong kinokontrol sa mga mauunlad na bansa, habang sagana ang mga ito sa iba. Ngunit ang pagpuksa sa mga pesteng ito ay hindi ang tugatog ng tagumpay, dahil may iba pang mga uri ng paghihirap na umiiral sa mga mauunlad na bansa, tulad ng mga mahirap bayarang bayarin at nakakasakal na krisis sa pananalapi dahil sa mga sistema ng pagbili ng hulugan—mga paghihirap na nakakagambala sa pagtulog at sumisira .sa kapayapaan ng isip

* * *

Tayo ay mahalagang bahagi ng parehong kamalayan .kung saan nagmula ang dakilang sansinukob na ito

* * *

Nakakita ka na ba ng kawan ng mga tupa? Kapag ang isa sa kanila ay tumalon, gagayahin ito ng iba nang walang pag-aalinlangan. Karamihan sa mga tao ay ganoon. Maaaring may makaisip ng ideya o magpasimula ng bagong uso, at ang iba ay agad na sasali at gagayahin ito. Ang ganitong pamamaraan ay nagpatuloy sa loob ng maraming henerasyon. Bawat bansa ay may mga kaugalian at tradisyon, at hindi natin masasabing lahat ng mga ito ay tama o maayos. Ngunit sino ang nakakaalam? Marahil ang ilan sa mga kaugalian at tradisyong iyon ay walang .kabuluhan at walang saysay

* * *

Kapag humupa ang magulong bagyo ng mga kaisipan, papasok tayo sa kaharian ng kapayapaan at mahahawakan ang banal na presensya

* * *

Isipin ang Diyos, o ang isang magandang tanawin na nagbibigay-inspirasyon ng kapayapaan, o ang isang masaya

at kasiya-siyang karanasan. Ang positibo at mahinahong
aktibidad sa pag-iisip ay nakapagpapalakas at
.nakakapresko

* * *

Nabubuhay tayo sa isang magulong at magulong
mundo. Maaaring iniisip mo na ang pera ay
nangangahulugang kaligayahan, ngunit kapag nakuha mo na
ito, matutuklasan mong hindi ka pa rin masaya. Maaari kang
magkaroon ng kayamanan at—huwag nawang ipahintulot ng
Diyos—mawalan ng iyong kalusugan. O maaaring mayroon
kang mabuting kalusugan at mawala ang iyong pera. O
maaaring mayroon kang parehong kayamanan at kalusugan
ngunit dumaranas ng maraming problema sa iba, na nag-
aalok lamang ng kabaitan na sinasalubong ng sama ng loob
at poot bilang kapalit. Kung wala ang Diyos, walang anuman
sa buhay na ito ang tunay na makapagbibigay-kasiyahan sa
.iyo

* * *

Ang mundo ay nagiging silid ng pagpapahirap para sa
mga taong nabubuhay nang walang kaalaman sa banal na
plano. Ngunit kapag tiningnan mo ang mga karanasan sa
buhay bilang iyong mga guro at natututo mula sa mga ito
ang tunay na katangian ng mundong ito at ang iyong
itinalagang papel sa kosmikong drama, ang mga karanasang
iyon ay nagiging mahalagang liwanag sa landas tungo sa
.pangmatagalang kasiyahan at kaligayahan

* * *

Doon, sa kabila ng walang-dilim na kadiliman, ang
walang tunog na katahimikan, at ang hindi nilikhang
kawalan, ay nakasalalay ang walang hanggang esensya, na
siyang pinagmulan ng pag-iral at ang pinagmumulan ng
.lahat ng kapangyarihan at nilalang, nakikita man o hindi

* * *

Hindi nilikha ng Diyos ang mundong ito para lamang sa
atin upang kumain, matulog, at mamatay, kundi upang

malaman natin ang Kanyang kalooban at maunawaan ang
layunin ng ating pag-iral. Naunawaan na ng iilang
matatalinong tao ang kahulugan ng planong kosmiko, ngunit
karamihan sa mga tao ay bulag at walang kamalayan sa
.layuning iyon

* * *

Hindi kailanman naging layunin ko ang pera sa buhay;
ang layunin ko ay paglingkuran ang aking mga kapatid sa
sangkatauhan. Kaya naman, binuksan ng Diyos ang
maraming pinto ng pagkakataon para masuportahan ko ang
.aking sarili at matupad ang aking misyon

* * *

Nilikha ng Diyos ang sansinukob na ito upang gumana
ayon sa isang nakapirmi at hindi nagbabagong batas. Kung
lalabagin natin ang alinman sa mga pangkalahatang batas
na ito, pinaparusahan natin ang ating sarili. Ang sinumang
tumalon mula sa bubong ng isang mataas na gusali ay
mababali ang kanyang mga buto. Samakatuwid, hindi natin
maaaring balewalain ang batas ng grabidad nang hindi
.nadarama ang mga kahihinatnan nito

* * *

Kapag ating malalimang sinuri ang mga kabihasan ng
mundo at ginalugad ang mga nakatagong lihim ng mga
sinaunang kabihasan, isang malawak na larawan ang
lumilitaw, na may magkakaugnay na mga linya,
magkakaibang mga kabanata, at mga tiyak na detalye, at
ating matutuklasan na ang tao ay parehong indibidwal at
.panlipunan sa kalikasan nang sabay

* * *

Kung nais ng Diyos na mamuhay lamang tayo sa
materyal na kamalayan, lubos tayong masisiyahan sa mga
materyal na bagay at masisiyahan sa mga makamundong
.gawain

* * *

Ang mga sinag ng kadalisan, kapayapaan, at kaligayahan na lampas sa mga pangarap ay kumukurap at sumasayaw sa ating kaibuturan

* * *

Sa bawat karanasang lumilitaw sa kalangitan ng ating buhay sa paglalakbay nating ito sa lupa, dapat nating matutunan kung paano palawakin ang ating kamalayan at kung paano maging mas maunawaan ang mga pangyayaring nakapaligid sa atin o ating pinagdadaanan, at sa gayon ay mamumuhay tayo nang may mas maayos na pagkakaisa at .mas maayos at ligtas na makitungo sa mga tao at sa buhay

* * *

Karamihan sa mga tao ay ginagaya ang iba. Ang isang tao ay dapat maging orihinal at malikhain, at maging .dalubhasa sa lahat ng kanilang ginagawa

Sa Silangan, ang pangunahing pokus ay ang paglinang ng espirituwal na kaligayahan, habang ang mga materyal na aspeto ng buhay ay madalas na napapabayaan. Sa Kanluran, may ilang materyal na kaginhawahan ngunit napakakaunti ng sikolohikal na kaligayahan. Ang kailangan ay isang balanse sa pagitan ng dalawa, dahil ang pagtuon sa isang aspeto lamang ng buhay ay humahantong sa kawalan ng balanse at kawalan ng kakayahang harapin ang mga .pangangailangan ng buhay nang makatwiran

* * *

Ang pinakadakilang kaligayahan - pagkatapos ng banal na kaligayahan - ay ang maging mapayapa ang isang tao sa kanyang mga malapit na kamag-anak na kanyang .makakasama araw-araw sa buong taon

* * *

Maraming oras ang nasasayang ng mga tao sa pagmamadali at pagkilos nang padalos-dalos nang walang gaanong

nagagawa. Kaunting paghinto upang magnilay-nilay at
.subukang unawain kung ano ang maiaalok ng buhay

* * *

Dapat tayong magsikap na magtayo ng mga panloob na
gusali ng karunungan sa mga hardin ng kapayapaan na
yumayabong at nagniningning na may hindi mabilang na
mga bulaklak ng kahanga-hangang espirituwal na mga
.birtud

* * *

Ang panloob na pagkakasundo ay isang masaganang
pinagmumulan ng lakas at lumilikha ng nababagong
enerhiya

* * *

Sa pagtingin sa buhay, matutuklasan ng isa na ang
tagumpay ay hindi madali. Ang buhay ay kadalasang malupit
at walang patawad, at kailangan nating magsumikap upang
kumita ng ikabubuhay. Isipin ang pagsisikap na
kinakailangan upang mapanatili ang iyong katawan at
mapanatili itong malusog at malaya sa sakit! Kahit na
magtagumpay ka rito, ang tagumpay na iyon ay
pansamantala lamang. Ang katawan—nawa'y mabuhay ka
nang matagal—ay kalaunan ay ililibing. Ang
pangangailangan ay nagdidikta ng pakikipaglaban sa
maraming puwersa, kapwa panloob at panlabas, upang
makamit ang ninanais na tagumpay. Ang mga puwersang ito
ay walang pagod na nagtatrabaho upang agawin sa iyo ang
.anumang tunay na makabuluhang mga nagawa

* * *

Sikapin manatiling kalmado sa lahat ng pagkakataon,
at hayaang mamukadkad ang binhi ng iyong kapayapaan
.nang may saya at mga ngiti ng kasiyahan

* * *

Kahit ang pinakadakilang mga banal ay hindi makakamit
ang ganap na kaligtasan maliban kung ibabahagi nila ang
kanilang tagumpay sa iba, ibig sabihin, ang kanilang mga

espirituwal na karanasan at mas mataas na kaalaman, sa
pamamagitan ng pagtulong sa kanila na makamit ang banal
.na kaalaman

* * *

Dahil dito, ang mga nakarating sa mga yugtong iyon at
nakakamit ang mga kalagayang iyon ay sabik na magbigay
ng pag-unawa sa mga nangangailangan nito. Kung nais
mong makamit ang tunay na tagumpay, hindi lamang ang
iyong sariling personal na kaligayahan ang iyong masisiguro
.kundi pati na rin ang kaligayahan ng iba

* * *

Kahit sinong may katalinuhan ay maaaring kumita ng
pera. Ngunit kung mayroon silang pagmamahal sa kanilang
puso, hindi nila kailanman gagamitin ang perang iyon para
sa makasariling layunin; sa halip, ibabahagi nila ito sa iba.
Ang pera ay isang sumpa at isang kasawian sa kamay ng
mga makasarili at kuripot, at isang biyaya at isang regalo sa
kamay ng mga may mabubuting puso at mapagbigay na
.kaluluwa

* * *

Maaaring piliin ng isang tao na manahimik nang
matagal na panahon, at tumangging makipag-usap sa mga
miyembro ng kanilang pamilya sa panahong iyon. Bagama't
maaaring makamit ng taong ito ang ilang panloob na
kapayapaan bilang resulta, ang kanilang pag-uugali ay
makasarili at nakakapinsala sa kaligayahan ng kanilang
pamilya. Hindi sila maituturing na tunay na matagumpay
maliban kung ang kanilang mga mahal sa buhay ay
.makikinabang din sa kanilang tagumpay

* * *

Gayundin, ang pagkamit ng materyal na tagumpay ay
hindi lamang ating karapatan na magtamasa ng kagalingan
nang mag-isa, kundi pati na rin ang ating moral na
responsibilidad sa iba sa mga tuntunin ng pagtulong sa

kanila na mapabuti ang kanilang materyal na kalagayan at
.kalagayan sa pamumuhay

* * *

Protektado ako sa likod ng aking malinis na konsensya.

Sinunog ko na ang madilim na nakaraan at ang ngayon na
.lang ang inaalala ko

* * *

Ngayon ay napagtanto ko na ako ay kaisa ng liwanag ng
pinakadakilang kabutihan at ako ay isang tanglaw para sa
mga taong nakikipaglaban sa mga alon ng dagat ng
.kalungkutan

* * *

Iba-iba ang pananaw at teorya ng mga tao tungkol sa
tagumpay, depende sa kanilang mga ambisyon sa buhay.
Hindi bihira na marinig ang ilang tao na inihahalintulad ang
tagumpay sa pagnanakaw, na sinasabi ang mga bagay tulad
ng, "Isa siyang matagumpay na magnanakaw!" Binibigyang-
diin nito na ang tagumpay sa lahat ng anyo at uri nito ay
kanais-nais at hinahangad. Gayunpaman, ang ating
.tagumpay ay hindi dapat makapinsala sa iba

* * *

Mayroon ding isa pang pamantayan para sa tagumpay:
kapag nakakamit natin ang maayos at kapaki-pakinabang na
mga resulta para sa ating sarili, dapat din nating isama ang
iba sa ating tagumpay at ibahagi ang mga bunga nito sa
.kanila

* * *

Ang tagumpay ay nangangahulugang kasiyahan at
kasiyahan ng isang tao sa loob ng kanilang kapaligiran. Ang
tunay na tagumpay ay bunga ng mga kilos na nakabatay sa
mga prinsipyo ng katuwiran, at saklaw nito ang kaligayahan
at kagalingan ng iba bilang mahalagang bahagi ng sariling
kaligayahan. Kung ilalapat natin ang prinsipyong ito sa ating
materyal, intelektwal, moral, at espirituwal na buhay,

magkakaroon tayo ng kumpleto at komprehensibong
.kahulugan ng tagumpay

* * *

Dito sa limitadong mundong ito, nauunawaan natin ang
haba, lapad, at densidad, ngunit may isa pang antas kung
saan walang mga dimensyon; lahat ay malinaw at malinaw—
lahat ay kamalayan at persepsyon. Ang panlasa ay
persepsyon, gayundin ang pang-amoy. Ang ating mga
damdamin, kaisipan, at katawan ay mga estado ng
kamalayan. Tulad ng ating nakikita, naririnig, naaamoy,
nalalasaan, at nahahawakan sa mga panaginip, gayundin,
sa mas mataas na antas na iyon, nararanasan natin ang
lahat ng mga sensasyong ito sa pamamagitan ng purong
.kamalayan

* * *

O Panginoon, pasayahin Mo kami sa pamamagitan ng
pagdama sa Iyong kalapitan, palayain Mo kami mula sa mga
tanikala ng mga pagnanasa, at bigyan Mo kami ng panloob
na kagalakan na hindi naaapektuhan ng mga karanasan sa
.buhay at ng mga nagbabagong pangyayari nito

* * *

Kapag ang ating mga isipan ay naaayon sa mas
matataas na pananaw, ang espirituwal na kamalayan ay
nagigising sa loob natin at nararanasan natin ang mga
kamangha-manghang kababalaghan ng banal na
.karunungan at pag-ibig

* * *

Kung lubos nating mamahalin ang Diyos at babalik sa
Kanya nang buong puso at isipan, madarama natin na
malapit tayo sa Kanya at matutuklasan natin na Siya ang
.pinakadakilang kanlungan ng seguridad sa buhay

* * *

Sa tila walang laman at walang laman na espasyo,
mayroong isang kosmikong koneksyon at buhay na walang
hanggan na nag-uugnay sa atin sa lahat ng mga bagay na

may buhay at walang buhay sa sansinukob, isang alon ng
.dakilang buhay ang dumadaloy sa lahat ng bagay na umiiral

* * *

Ang kawalang-hanggan ang ating tunay na tahanan at
permanenteng tahanan, at ang ating pag-iral sa mga
katawang ito ay pansamantala lamang, tulad ng isang
maikling pahinga para sa isang karaban na naglalakbay sa
.disyerto

* * *

Kapag iniayon natin ang ating mga sarili sa mga
malikhaing puwersa ng espiritu, makakakonekta tayo sa
unibersal at walang hanggang kaisipan na may kakayahang
gumabay sa atin at lutasin ang ating mga problema, ang
malikhaing kapangyarihan ay dadaloy sa atin nang walang
patid mula sa pinakadakilang pinagmumulan ng ating
pagkatao, na magbibigay-daan sa atin upang makamit ang
malikhaing tagumpay sa anumang larangan ng ating
.aktibidad

* * *

Ang pag-ibig ay lumalago at yumayabong sa isang
kapaligirang puno ng tiwala, pagpaparaya, at paggalang sa
isa't isa

* * *

Pagpalain mo kami, O Panginoon, ng liwanag ng mga
dalisay na kaisipan at mabubuting gawi, upang kung ang
kadiliman ng masasamang gawi at lihis na mga kaisipan ay
lumapit sa amin, ito ay agad na mapawi. At tulungan mo
kaming mahalin Ka nang may napakalalim na pag-ibig na
hindi kami mabibitag o mabihag ng mga materyal na ilusyon
.o makamundong mga tukso ang aming mga isipan at puso

* * *

Ang mga bagay na madaling makuha ay bihirang
mahalaga. Alam natin ito mula sa pag-aaral ng buhay ng
mga dakilang lalaki at babae at kung paano sila naging
dakila sa pamamagitan ng pagpapaunlad ng kanilang mga

talento, pagtupad sa kanilang mga tungkulin, pagbuo ng kanilang mga moral na pagpapahalaga, malalim na pag-aaral, at pag-iwas sa pagkamakasarili. Ngunit ang mga resultang kanilang nakamit at ang mga nagawang kanilang nakamit ay hindi masukat na mas malaki kaysa sa .pagsisikap na kanilang ginugol

* * *

Ang tunay na kalayaan ay nakasalalay sa kalayaan sa pagpili na ginagabayan ng karunungan at sinusuportahan ng .pang-unawa, kawastuhan, at matatag na kalooban

* * *

Kapag ginising mo ang iyong kalooban, determinasyon, at malay na pag-unawa, ang mga hindi nakikitang puwersa ay pinakakawalan mula sa mas mataas na kamalayan—sa pamamagitan ng pananaw ng kaluluwa—upang tulungan ka at liwanagan ang mga landas na patungo sa sikolohikal na .ginhawa at kaligayahan, sa tulong ng Diyos

* * *

Dapat buksan ng isang tao ang mga daluyan ng kaluluwa sa pamamagitan ng sarili niyang pagsisikap.

Walang sinuman ang kusang pipili ng pagdurusa at paghihirap kaysa sa kapayapaan at kaligayahan. Ang kamangmangan ang ugat ng pagdurusa at ang balakid na dapat alisin at alisin. Ang kamangmangan ay isang mapaminsalang damo, malalim ang pagkakaugat, na tumutubo sa hardin ng sangkatauhan at nagtataboy sa .mabubuti at kapaki-pakinabang na mga halaman

* * *

Ang kamangmangan ay dapat malampasan ng matibay na kalooban at matatag na determinasyon. Ang lupa ng isipan ay dapat linangin nang may nakatuong atensyon [sa positibo], at ang mabubuting buto ay dinidiligan ng tubig ng pananampalataya. Kapag ang masigla at mainit na sinag ng pag-ibig ay sumikat, ang binhi ng kabutihan ay tutubo at dadaigin ang mga damo at mga halamang parasito,

sapagkat ang kadiliman ay hindi maaaring umiral sa
.presensya ng liwanag

* * *

Ang mga kasiyahan ng mga materyal na bagay ay
kumukupas at nawawala, ngunit ang banal na kagalakan ay
hindi kailanman kumukupas. Ito ay isang banal na
.kaligayahan na walang hanggan at hindi mailalarawan

* * *

Hindi tayo dapat gumamit ng mga maling pamamaraan
upang makamit ang kaligayahan, ni hindi natin dapat
talikuran ang kapayapaan at espirituwal na kayamanan na
taglay natin sa paghahangad ng mapanlinlang na
kaginhawahan at isang kumikinang na buhay na maaaring
nakasabit sa atin ng mga mala-impyernong kilos at pag-
.uugali na may mapaminsalang epekto

* * *

Ang katahimikan ang pinakamahusay na kamera para
makuha ang banal na presensya. Sa pamamagitan ng lente
ng dalisay at tumpak na nakapokus na katahimikan, ang
pinagpalang imahe ay lilitaw nang may perpektong
.kalinawan

* * *

Sa katunayan, ang lahat ng karunungan ay nasa loob
mo at ang kailangan mo lang ay maging malay dito

* * *

Ang tunay na kasiyahan ay nakasalalay sa pagpapabuti
ng sarili, kung kaya't ang iba ay hahanapin ka sa halip na
ikaw ang maghanap sa kanila. Ang pag-ibig at
pagkakaibigan ay dapat ibigay nang malaya, nang walang
inaasahan o hinihingi. Ang inaasahan ay nagdudulot lamang
ng paghihirap at kalungkutan. Kahit na nagsusumikap para
sa pagpapabuti ng sarili, ang isa ay dapat na manindigan

nang mag-isa, ligtas at payapa sa loob ng kuta ng sariling
.mga birtud at pagpapahalaga sa sarili

* * *

Nawa'y ang mga talon ng kagalakan at optimismo ay
laging dumaloy mula sa aking puso, at nawa'y ang kanilang
nakakapreskong timpla ay dumampi sa lahat ng aking
makakasalamuha

* * *

Ang espirituwal na kagalakan ay lumilikha sa kaluluwa
ng pagnanais na tumulong sa iba sa lahat ng paraan, at
nagpapaunlad ng kakayahang pahalagahan ang pinong
moral na kasiyahan na humahantong sa kaligayahan, sa
gayon ay binabawasan ang pagkahilig sa mga bastos na
.kasiyahan

* * *

Gaano man kaliit ang iyong papel, nananatili itong
kasinghalaga ng mga pinakadakilang papel sa usapin ng
pag-aambag sa tagumpay ng kosmikong dula na
.ginagampanan ng mga kaluluwa sa entablado ng buhay

* * *

Ang ganap na kamalayan ay isang ganap at walang
katapusang kamalayan, na patuloy na binabago ang sarili
nito at ang pagkamalikhain nito ay hindi nauubos, at sa
pamamagitan mo ay sinusubukan nitong ipahayag ang isang
.natatanging aspeto ng sarili nito

* * *

Kahit minsan lang matikman mo ang banal na pag-ibig,
hindi mo ito susukuan dahil wala nang katulad nito sa buong
.sansinukob

* * *

Ang mga nakakakilala sa Diyos ay umabot na sa
napakataas na antas ng espirituwalidad, kung kaya't hindi
sila nasisiyahan sa pagbibigay lamang ng espirituwal na
payo sa mga makasalanan, kundi maaari nilang – sa
pamamagitan ng biyaya at tulong ng Diyos – na bigyan sila

ng espirituwal na kapangyarihan na nagpapalaya sa kanila
.mula sa mga bunga ng kanilang mga makasalanang gawa

* * *

Lahat ng mabuti at masamang gawa ay nakatago sa
mga selula ng utak at lumilitaw bilang mabuti o masamang
.gawi o tendensiya sa pag-iisip

* * *

Ang isang taong nagdurusa mula sa mga hindi malusog
na gawi dahil ang kanilang mga selula ng utak ay sinisingil
ng kapangyarihan ng mga gawi na iyon ay maaaring
palayain ang kanilang sarili sa pamamagitan ng
paghahangad, pagmumuni-muni, taos-pusong panalangin, at
patuloy na positibong pagpapatibay hanggang sa ang lahat
ng kanilang hindi kanais-nais na mga gawi ay mabago tungo
sa mabubuting gawi ng kapayapaan at katahimikan.

Nangyayari ito kapag ang wastong puwersa ng buhay ay
kumikilos upang baguhin ang abnormal na katangian ng
mga selula ng utak, upang ang mga selulang iyon ay
.mapuno ng lahat ng mabuti, banal, at maganda

* * *

Ang pag-unawa ay ang panloob na mata, ang paningin
ng kaluluwa, at ang teleskopyo ng puso. Ito ang balanse sa
pagitan ng kahinahunan ng isip at kadalisayan ng
.konsensya

* * *

Araw-araw ay nakakakita tayo ng iba't ibang eksena, at
bawat araw ay may dala itong bagong aral na matututunan.
Inaasahan na matututo ang isang tao ng aral sa
pamamagitan ng pagtuon sa sukdulang layunin ng kanyang
pag-iral: ang pagkilala sa pinagmumulan ng kanyang
.pagkatao at sa pundasyon ng kanyang buhay

* * *

Pagsikapan nating kalimutan ang mga kalungkutan ng
nakaraan at magpasiyang huwag nang alalahanin pa ang
mga ito. Taglay ang matibay na determinasyon at aktibong

kalooban, ating panibaguhin ang ating mga buhay,
pagbutihin ang ating mga tagumpay, at linangin sa ating
.sarili ang mabubuting gawi at marangal na katangian

* * *

Ang sinumang nagbubunyag ng kahinaan ng iba at
nagdudulot sa kanila ng kahihiyan at sama ng loob ay
.malayo sa karunungan at mahusay na pagpapasya

* * *

Mga kasabihan para sa lahat ng oras at lugar

Ang mga taong nakikiisa sa Diyos ay nakakakita ng
nakamamanghang kagandahan at nakakatikim ng lubos na
.tamis na hindi mararanasan sa ibang paraan
Nang tumawag ang aking kaluluwa sa Iyo, sumabog ang
mga ulap ng Iyong katahimikan, O Diyos, at ang ulan ng
Iyong awa ay bumuhos nang malakas hanggang sa ito ay
naging umaapaw na baha ng Iyong biyaya. Ang Iyong
pinagpalang ilog ay bumalot sa mga pampang ng aking
pagkatao, at ang aking kaluluwa ay lumubog sa tubig ng
kawalang-hanggan, at ang bula ng aking maliit na buhay ay
.natunaw sa karagatan ng Iyong sumasaklaw na pag-iral
Tinuruan ako ng aking tagapagturo kung paano gamitin
ang pait ng karunungan upang gawing templo ang aking
.sarili na karapat-dapat sa banal na presensya
Kung gusto mong makamit ang isang marangal na
layunin, magsimula sa pamamagitan ng paglikha ng isang
mental na modelo para dito. Maaari mo na ngayong matatag
na itatag ang anumang direksyon sa iyong kamalayan kung
magtatanim ka ng isang matibay na ideya sa iyong isipan;
kung gayon ang iyong buong pagkatao ay susunod sa
.ideyang iyon, at ang iyong mga kilos ay aayon dito
Kapag nahawakan mo ang banal na puso, ang iyong
mga problema ay maglalaho, ang pag-ibig ay pupuno sa
iyong puso, at ang mga kahanga-hangang espirituwal na
karanasan ay sasayaw na parang mga dalisay na bukal sa
.mga hardin ng iyong isipan

Maraming ulap ang nagtatangkang itago ka at ikubli sa
akin, ngunit sa pamamagitan ng hamog ng mga luha ng
pananabik, ang iyong pinagpalang pangalan ay lumilitaw sa
akin na kumikislap sa matingkad na ginintuang mga letra
.mula sa likod ng lahat ng mga kurtina at belo

Ang kadalisayan ng konsensya ay nangangahulugan ng
tapat na pagharap sa katotohanan
May mga mahahalagang pangangailangan at mga
itinuturing ng ilan na "mga pangangailangan" na sa totoo
lang ay hindi kailangan at kalabisan. Dapat gawing simple
ang buhay sa pamamagitan ng pagtuon sa mga
pangunahing pangangailangan at pag-aalis ng mga hindi
.kinakailangang luho

Kaytaas mo, O pagkakaibigan, at kaytaba at kabanalan
ng iyong lupa! Pag-ibig ang iyong pagkain at katapatan ang
iyong inumin

Kapag ang dalawang tao ay lumalakad nang may
pagkakaisa at pagkakaisa sa kabila ng kanilang mga
pagkakaiba, sila ay pinag-iisa ng iisang layunin: ang
makatagpo ng kapayapaan at katahimikan ng kaluluwa sa
dalisay na pag-ibig at katapatan sa isa't isa. Kung saan ang
magkasintahan ay hindi naghahanap ng kasiyahan sa
kapinsalaan ng minamahal, sa hardin ng altruismo, ang
mababangong bulaklak ng pagkakaibigan ay mamumulaklak
.at magpapalaganap ng kanilang matamis na amoy
Sinasanay ng mundo ang ating mga isipan sa ibang
paraan, na sinasanay tayo sa napakaraming bagay na
nagsisimula tayong mag-isip na ang kaligayahan ay hindi
makakamit kung wala ang mga ito. Ngunit ang buhay, at ang
buhay ng mga bata sa partikular, ay dapat gawing simple;
kung hindi, tuturuan sila ng buhay sa pamamagitan ng
.mapait na pagkabigo

Ang katotohanan ay mas tumpak at makatotohanan kaysa sa pag-iisip o imahinasyon lamang, ngunit ang ating .iniisip o naiisip ay maaaring minsan magkatotoo

Ang imahinasyon ay isang mahalagang elemento sa proseso ng malikhaing pag-iisip. Gayunpaman, ang imahinasyon ay dapat na maging ganap na ganap at maging isang matibay na paniniwala, at ito ay imposible kung .walang matibay na paghahangad

Kung iisipin mo ang isang bagay nang buong lakas ng iyong kalooban, ang iyong imahinasyon ay magbabago tungo sa isang personal na paniniwala, at kapag mapapanatili mo ang paniniwalang iyon

Sa kabila ng lahat ng magkasalungat na opinyon, ang iyong paniniwala ay magkakatatotoo sa katotohanan

Dapat matutong tumayo nang mag-isa, sinusupportahan ng sariling mga birtud at pagpapahalaga sa sarili

Ang espirituwal na kagalakan ay isang panibagong kagalakan at lalong lumilitaw sa mga taong malalim na nag-iisip tungkol sa Diyos. Ito ay isang kagalakan na tumutulong sa paggawa ng mga tamang desisyon at paggawa ng mga tamang bagay, at kapag ito ay natagpuan, ang mga hindi malusog na pagnanasa at pagnanasa ay naglalaho dahil nawawalan ang kanilang kaakit-akit kumpara sa espirituwal .na kagalakan

Ang ating Makapangyarihang Lumikha ay nagbigay sa atin ng buhay, lakas, at karunungan, at tungkulin nating ibigay sa Kanya ang ating atensyon at itaas ang ating mga puso sa Kanya nang may pagmamahal, pasasalamat, at .pagkilala sa Kanyang biyaya at kabaitan

Tulungan mo ako, O Diyos, na huwag magningas ng apoy ng galit, upang hindi ko masunog ng apoy ng sama ng loob ang mga luntiang oasis ng kapayapaan sa aking sarili at sa iba. Tulungan mo akong patayin ang apoy ng poot gamit .ang patuloy na pag-agos ng ulan ng aking pag-ibig

Nawa'y ang lawa ng aking kahinahunan at kapayapaan
ay manatiling kalmado at payapa, hindi maaabala ng mga
bagyo ng kawalang-kasiyahan na walang dala kundi
.paghihirap

Ang paggawa ng mga gawaing may motibasyon ng
tungkulin, o pagsasakripisyo ng mga personal na hangarin
sa paglilingkod at pagmamahal sa ibang tao, ay mas
.mainam kaysa sa paggawa nito dahil sa takot

Kahit na tumigil na ang isang tao sa paglabag sa mga
batas ng Diyos, dapat niya itong gawin dahil sa pagmamahal
sa Diyos, hindi dahil sa takot sa Kanyang parusa

Anuman ang iyong kinatatakutan, ilayo mo ang iyong
mga iniisip mula roon. Ipaubaya mo ito sa Diyos at patibayin
.ang iyong tiwala sa Kanya

Ang takot ay laging kasama ng tao, at ang pag-alis nito
ay posible sa pamamagitan ng pag-iisip tungkol sa Diyos at
.pagdama sa Kanyang presensya

Maaaring mahirap sa simula ang tahakin ang mga
landas ng kabutihan, ngunit ang mga ito ay mga
pinagpalang landas na humahantong sa kapayapaan ng isip
.at tunay na kaligayahan

Nawa'y sumikat ang kaluwalhatian ng Diyos sa bawat
sulok ng ating buhay, nawa'y manahan ang Kanyang pag-
ibig sa ating mga puso, at nawa'y mapuno ng Kanyang
liwanag ang ating kamalayan

O aking banal na minamahal, ang mga bulaklak ay
namumukadkad at ang mga panahon ay nagbabago, at lahat
ay nagsasalita tungkol sa iyo. Ang kabilugan ng buwan ay
nagpapakita ng mga katangian ng iyong ngiti, at ang araw
ay nagdadala ng iyong makalangit na lampara. Lumalangoy
ako sa dagat ng mga luha, umaapaw sa pananabik para sa
iyo. Sa mga dahon ng mga puno at mga ugat ng
sangkatauhan ay dumadaloy ang iyong buhay at sigla, at
nararamdaman ko ang pintig ng iyong kosmikong puso na
.tumitibok sa loob ko

Kapag nararamdaman ko ang iyong presensya,
pakiramdam ko ay gising ako sa ibang mundo, at paminsan-
minsan ay nananaginip ako sa mundong ito at sa maliit na
katawang ito—ang akin ay gising sa walang katapusang
kaligayahan, at ang aking panaginip sa buhay sa lupa ay
pinabango ng masasayang alaala ng aking mga sandaling
gising kasama ka. Binunot ko ang mga damo ng bangungot
mula sa hardin ng aking mga panaginip at itinanim sa
kanilang lugar ang mga rosas ng aking inspirasyon, kung
saan ang halimuyak ng aking pananabik ay aakit sa iyo, at
darating ka upang dalhin ako sa mga abot-tanaw ng walang
.hanggang kaligayahan

O Diyos, gawin Mo akong malinaw sa kadalisan at
kalinisan upang mailabas ko ang Iyong nakapagpapagaling
.na liwanag sa loob ko

Patahimikin ang nanginginig na salamin ng aking isipan
upang maipakita nito ang iyong walang hanggang mukha
Buksan mo nang malawak ang mga bintana ng
pananampalataya upang malanghap ko ang halimuyak ng
iyong kapayapaan

O Ikaw na nagniningning sa Iyong Sarili, O Kamahalan
na hindi kayang ilarawan, titigan mo ako gamit ang aking
mga matang nananabik sa Iyo, upang wala akong makitang
.anuman kundi Ikaw

Sa likod ng lahat ng mga penomeno at anyo ng buhay
ay naroon ang tahimik na tinig ng Diyos, na patuloy na
tumatawag sa atin sa pamamagitan ng mga bulaklak, mga
banal na aklat, ating mga konsensya, at lahat ng
.magagandang bagay na nagpapahalaga sa buhay

Ang bawat pagsisikap na ginagawa ng naghahanap
upang maabot ang mga espirituwal na tugatog ay binibilang
ng Diyos para sa kanya at ginagantimpalaan nang malaki
.para dito

Hinihiling namin sa Iyo, O Panginoon, na liwanagan Mo
ang aming mga isipan ng liwanag ng Iyong katotohanan, na

patibokin Mo ang aming mga puso ng Iyong pag-ibig, at
punuin Mo ang aming mga kaluluwa ng Iyong kagalakan at
.ng kasaganaan ng Iyong biyaya

Mula sa malinaw na abot-tanaw na hindi kayang
makapasok ng isip, ibinubuhos ng Diyos ang Kanyang
walang hanggang liwanag. At mula sa kosmikong isip ay
nagmumula ang mga dakilang inspirasyon at pinagpalang
kapangyarihan, at ang malikhaing aktibidad ay dumadaloy
.sa bukas at magkakasundong mga isipan

Kapag nalaman mo na ang iyong kaluluwa, ang iyong
puso, ang bawat kislap ng inspirasyon, ang asul na langit,
ang mga nagniningning na bituin, ang mga bundok, ang
lupa, ang mga ibon, at ang mga bulaklak ay pawang
pinagbuklod ng iisang hibla ng kosmikong ritmo, espirituwal
na kagalakan, at unibersal na pagkakaisa, saka mo
matatanto na pawang mga alon sila sa dibdib ng banal na
.karagatan na walang baybayin

Kung kalilimutan natin ang ating Lumikha, nararapat
lamang sa atin ang pagdurusa. Dapat nating mapagtanto na
ang Diyos ay ating minamahal at mahal tayo, at ang
kaalamang ito ang magpapalaya sa atin mula sa ating mga
.problema at pagdurusa

Ang tunay na umiibig sa Diyos ay hindi tumitigil sa
paghahanap sa Kanya, kahit na mabigo siyang matagpuan
Siya pagkatapos ng maraming pagtatangka. Tulad ng isang
alon na kailangang bumalik sa puso ng karagatan
pagkatapos humupa ang bagyo, gayundin ang taimtim na
naghahanap; mayroon siyang di-tuwirang paniniwala na ang
mga balakid ay maguguho at na siya ay tiyak na
makakasama sa kosmikong karagatan sa malao't madali—
ang walang hanggang karagatan na kanyang pinanggalingan
.at kung saan siya babalik

Kapag ang isip ay palaging iniisip ang banal na
minamahal, ang puso ay umaawit ng mga awit ng kagalakan
at kaligayahan

Ang espirituwal na emanasyon ay ang paglitaw ng tao
mula sa kung ano siya ngayon patungo sa kung ano siya
magiging sa hinaharap

Hindi maitatago ng isang tao ang kanyang tunay na
pagkatao sa iba; ang mga kilos ng kanyang mga iniisip ay
makikita sa kanyang kilos at makikita rin sa kanyang mga
.kilos

Marami ang may maling akala tungkol sa kalayaan;
itinuturing nila ang kalayaan bilang paggawa ng anumang
gustong gawin ng isang tao, at tinatawag ko ang kalayaang
.ito na kalayaan ng mga kapritso

Dahil sa hindi pagkakaunawaan sa tunay na katangian
ng kalayaan, inaalipin ng ilang magulang ang kanilang mga
anak sa tradisyon sa pamamagitan ng agarang pagtupad sa
kanilang mga hangarin. Lumalaki ang bata na naniniwalang
hangga't natutupad ang kanilang mga kahilingan, sila ay
masaya, at ang layunin ng buhay ay tuparin ang bawat
hangarin. Gayunpaman, natuklasan nila kalaunan na sila ay
nagkakamali, dahil ang labas ng mundo ay ibang-iba sa
buhay sa tahanan, at natututo sila na ang pagtupad sa
bawat hangarin ay hindi madali! Maaaring itakwil sila ng iba
at balewalain ang mga ito sa paghabol sa kanilang sariling
mga hangarin. Dahil dito, ang bata ay nagiging matigas at
manhid ang emosyon dahil sa matinding pagnanais na
masiyahan ang kanilang sariling mga hangarin.

Samakatuwid, dapat tulungan ng mga magulang ang
kanilang mga anak na malinang ang kanilang kalooban at
pag-unawa upang sila ay mabuhay sa mundo nang hindi
.nahuhulog sa mga patibong at bitag nito

Sabi ng ina, "Turuan mo siya nang may pagmamahal."

Siyempre, ang pagtrato sa mga bata nang may pagmamahal
ay karaniwang mabuti, ngunit ang labis na tamis ay
nakakasira ng ngipin, at gayundin, ang labis na
pagpapalayaw ay nakakasira ng mga bata. Kailangan ang
katatagan at determinasyon, ngunit kung ang isang bata ay

tratuhin at parusahan nang malupit dahil sa isang
pagkakamali, ang mga kahihinatnan ay magiging kakila-
kilabot. Dapat mayroong balanse sa kung paano tinatrato at
pinakikitunguhan ang mga bata ; dapat higgitan ng bawat
ama ang kanyang ugali ng pagmamahal at lambing, at dapat
timplahan ng bawat ina ang kanyang pagmamahal ng
.karunungan at pagkamakatuwiran

Dapat mapanatili ng isang tao ang isang matatag na
sikolohikal na estado ng pagmamahal at pananabik sa Diyos.
Sinubukan ko na ang maraming trabaho, ngunit anuman ang
uri ng aking trabaho, ang aking mga iniisip ay laging
.nananatili sa Diyos

Dapat nating tamasahin ang nilikhang ito, ngunit hindi
natin ito hahayaang maging alipin natin. At itinuro sa akin ng
karanasan na ang kagalakan ng paghahanap sa Diyos ay
.walang kapantay

Bago simulan ang mga pangunahing gawain, dapat
umupo nang tahimik, pakalmahin ang mga pandama at
kaisipan, magnilay-nilay nang malalim, at humingi ng tulong
sa Diyos upang makakuha ng espirituwal na patnubay at
.mabuting direksyon

Ipaunawa mo sa akin na ang ngiti sa mukha ng buwang-
liwayway, sa mga labi ng mga bulaklak, at sa mga mukha ng
.mga marangal na lalaki at babae ay ang iyong ngiti
Hindi ako maaapektuhan ng sunod-sunod na mga imahe
ng kasawian, malas, sakit, o anumang hindi inaasahang
balakid dahil napagtanto ko na ang isang disiplinadong
kamalayan na malapit na nauugnay sa kosmikong
kamalayan ay hindi direktang nagdurusa sa mga pagkabigo
.at pagkabagot

Ang kalayaan ay nangangahulugang kakayahang
kumilos ayon sa karunungan, hindi ayon sa dikta ng mga
hilig, gawi, at kapritso. Ang pagsunod sa ego ay
humahantong sa pagkaalipin, habang ang pagpapasakop sa

mga udyok ng espiritu ay humahantong sa paglaya mula sa
.mga hadlang

Wala akong pinagkaiba kung nakatira ako sa isang
marangyang palasyo o sa isang simpleng kubo, basta't
.kasama ko ang Diyos

Gagamitin ko ang aking perang kinita nang tapat para
mamuhay nang simple, at iiwan ang marangyang
.pamumuhay

Sa pamamagitan ng pananampalataya sa Diyos at
paggamit ng lakas ng loob, malalampasan ng isang tao ang
sakit, pagkabigo, at kamangmangan, hangga't ang mga
vibrations ng kalooban ay mas malakas kaysa sa mga
vibrations ng pisikal o sikolohikal na karamdaman. Kung mas
malalang ang sakit, mas malakas at mas determinado ang
kalooban, at mas malalim at mas matatag ang
.pananampalataya, upang makamit ang ninanais na resulta

Bigyan Mo ako ng inspirasyon, O Panginoon, na ilagak
ang aking tiwala sa Iyo lamang, hindi sa proteksyon ng tao.

Huwag Mong hayaang maparalisa ng takot at pagkabalisa
ang aking walang hanggang lakas upang harapin ang
anumang pagsubok sa buhay. Huwag Mong hayaang isipin
ang mga aksidente, kalamidad, at kasawian dahil sa takot na
ang mga ito ay aktwal na maipakita sa pamamagitan ng
pag-iisip at imahinasyon. At hayaan Mo akong mapagtanto,

O Panginoon, na gising man ako o natutulog, gising o
nawawala sa mga panaginip, buhay man o naghihingalo, ang
lyong nagpoprotektang presensya ay bumabalot at
.nagbabantay pa rin sa akin

Sabi ng matatalino: Ang bunga ng mabubuting gawa na
inuudyukan ng pagmamahal sa Diyos at kabutihan ay
pagkakasundo at kadalisayan. Ang bunga ng mga gawang
inuudyukan ng makasariling mga pagnanasa at ambisyon ay
sakit at pagdurusa. Ang bunga ng masasamang gawa ay
.kamangmangan at kahangalan

Ang mabubuting gawa ay nagdudulot ng kaligayahan,
habang ang mga makamundong kilos na dulot ng
pagmamahal sa sarili ay humahantong sa pagdurusa at
sakit. Gayunpaman, ang patuloy na masasamang gawa ay
sumisira sa kakayahan ng isang tao na makaunawa at
.makaunawa

Kung nais mong mamuhay nang mapayapa at may
pagkakaisa, dapat ay mabuti ang iyong mga intensyon, at
dapat mong ikalat ang mga kaisipan ng kabaitan at
damdamin ng pagmamahal. Kung namumuhay ka nang may
mabuting kalooban, matutulungan mo ang iba sa
.pamamagitan ng iyong halimbawa at mabuting pag-uugali
Sa sandaling makaramdam ako ng pagkabalisa at lito sa
pag-iisip, ako ay tatahimik at magmumuni-muni hanggang
sa makabawi ako ng aking kahinahunan, at sisimulan ko ang
bawat araw sa pag-iisip tungkol sa Diyos at paghingi ng
.Kanyang tulong at patnubay
Magpasya kang huwag hayaang lumaki at makapasok
ang mga nakakasakal na damo ng poot sa hardin ng iyong
buhay, isang hardin na puno ng mga birtud ng isang
marangal na espiritu. At habang lalo mong nililinang ang
mga mababangong katangiang ito na parang rosas, lalo
mong ihahayag sa iyo ng Diyos ang pinakadakilang lihim ng
.pag-iral sa loob mo

Ang layunin ng buhay ay upang makamit ang
kapayapaan, kasiyahan, imortalidad, kaligtasan, at
kaalaman sa katotohanan, at sa puso ng mga hangaring ito
na pumupukaw sa loob natin ay nakasalalay ang banal na
.diwa sa kaibuturan natin

Nawa'y matagpuan ko ang aking kalayaan sa Iyo, O
Panginoon, at mapagtanto ko na ang aking tunay na
tahanan ay ang Iyong ganap na pag-iral at ako ay isang
.mahalagang bahagi ng Iyong kosmikong kamalayan
O malawak at banal na dagat, hayaang ang mga ilog ng
aking mga hangarin, na dumadaloy sa mga disyerto ng mga

balakid at hadlang, ay sa wakas ay humalo sa iyong dakilang
kalaliman⁹

Sa banal na kuta lamang natin matatagpuan ang
proteksyon at seguridad, at walang mas ligtas na kanlungan
kaysa sa pakiramdam na malapit sa Diyos at paghawak sa
.Kanyang presensya

Dahil ang mga tao ay pinamamahalaan ng mga gawi na
humuhubog sa kanilang mga hilig, tendensiya, karakter, at
mga hangarin, kung ang mga gawi na iyon ay masama, ang
karakter ay nagiging mapaminsala at ang mga kilos ay
nagiging masama. Kaya naman, ipinapayong unahin ang
mabubuting gawi, dahil gagabayan nila ang ating mga kilos
at kaisipan tungo sa mga marangal na layunin at magdadala
.sa atin ng kalusugan at kaligayahan

Saanman may mga kaluluwang nalulungkot at
nagdurusa, natatagpuan ko ang aking kapanatagan sa
paglilingkod at pag-aliw sa kanila. Gagawin ko ang aking
makakaya upang magdulot ng kagalakan sa iba at
makikiramay sa kanilang mga nararamdaman na parang
.akin ang mga ito

May mga kakayahang pangkaisipan ang mga tao, ngunit
nananatiling hindi pa nabubuo ang mga ito sa karamihan ng
mga tao, at ang hindi paglinang sa mga kakayahang ito ay
humahantong sa mga malubhang kahihinatnan. Tulad ng
katawan, ang isip ay nangangailangan ng wastong nutrisyon
.at ehersisyo para sa kalusugan at sigla

Ang isang diyamante ay tumatanggap at sumasalamatin
ng liwanag, gayundin ang mga dalisay at malinaw na
kaluluwang nakakakilala sa Diyos at nagniningning sa
.Kanyang presensya

O Panginoon, Ikaw ang tunay na kayamanan sa buhay,
at sa pamamagitan ng paghahanap muna sa Iyo ay
.matatagpuan ko sa Iyo ang lahat ng aking kailangan
Karaniwang nakatuon lamang ang mga tao sa pagkain,
hangin, at sikat ng araw upang mapanatili ang mabuting

kalusugan, ngunit maaaring dumating ang panahon na lumalala ang kalusugan sa kabila ng kasaganaan ng mga panlabas na pinagmumulan ng buhay. Sa panahong iyon lumilitaw ang pangangailangang muling magkarga ng .reserbang enerhiya ng katawan mula sa loob

Kung ang bangka ng aking isipan ay lumalapit sa mga bato ng sakim na pagnanasa na may kasamang mga panganib at panganib, na itinutulak ng mabangis na bagyo ng kamangmangan, maging ikaw, O aking Diyos, ang aking tanglaw at laging gabayan ako sa mga baybayin ng Iyong .katuwiran at kabutihan

Ang pag-iisip ay parang apoy na ang purong kapangyarihan ay dapat gamitin upang sunugin ang mga balakid na pumipigil sa tagumpay

Ang Diyos ay matatagpuan sa pamamagitan ng patuloy na banal na pag-ibig. Kapag mas mahal natin ang Diyos kaysa sa Kanyang mga kaloob, Siya ay lalapit sa atin.

Binigyan Niya tayo ng malayang pagpapasya at kapangyarihang pumili upang makilala natin ang pagkakaiba ng mga panandalian at walang kabuluhang kaloob ng mundo at ang kaloob ng pagiging malapit sa Kanya at ang .kagalakan ng Kanyang pinagpalang presensya

Binigyan tayo ng memorya upang makapagsanay tayo sa pag-alala ng mabubuting bagay hanggang sa wakas ay maalala natin ang pinakadakilang kabutihan: ang Diyos

Ang simoy ng Iyong pag-ibig ay dumadaloy sa akin, O Panginoon! At ang mga dahon ng aking buhay ay sumasayaw nang may kagalakan sa Iyong pagdating. Ang kanilang nakalulugod na kaluskos ay lumulutang sa hangin, inaanyayahan ang mga pagod na magpahinga sa lilim ng .Aking espirituwal na kapayapaan

Ang mga paghihirap sa buhay ay hindi nilayon upang saktan tayo; sa halip, ang mga problema at karamdaman ay nagbibigay sa atin ng mga aral. Ang ating masasakit na karanasan ay hindi nilayon upang sirain tayo, kundi upang

linisin tayo at pabilisin ang ating pagbabalik sa ating dalisay
na pinagmumulan—ang Diyos—na gumagawa sa lahat ng
paraan upang tulungan tayo at ibalik tayo sa ating tahanan
.sa langit

Ang kawalang-hanggan ang ating tunay na tahanan, at
ang ating paglalakbay sa mundong ito at sa mga pisikal na
katawang ito ay parang isang panandaliang paglalakbay sa
.visa

Panginoon, alam ko na ang papuri ay hindi nagtataas sa
akin, ni ang kritisismo ay nagpapababa sa akin. Ako ay
ganito sa harap ng aking konsensya at sa harap Mo ay
magpapatuloy ako sa landas na ito, ginagawa ang aking
makakaya upang maglingkod sa lahat at nagsusumikap na
makamit ang iyong biyaya—dito nakasalalay ang aking
.kaligayahan

Isa kang natatanging nilalang at ang iyong kakanyahan
ay kahanga-hanga, kaya kilalanin mo ang iyong tunay na
.sarili

Sa pagsikat ng iyong pagdating, ang mga usbong ng
aking pananabik ay mamumulaklak tungo sa mababango at
matingkad na mga bulaklak

O Panginoon, bilisan Mo po ang pagdating ng araw na
iyon kung kailan ako maghahabi ng kuwintas na gawa sa
mga hamog na bulaklak at ilalagay ito sa iyong pinagpalang
.pintuan

Sa halip na patuloy na pagsikapan na palugdan ang
sarili lamang, dapat din niyang sikaping magdulot ng
kaligayahan sa iba. Kapag sinubukan niyang mag-alok ng
espirituwal, intelektwal, o materyal na suporta sa iba,
matutuklasan niya na natutugunan ang kanyang sariling
mga pangangailangan at ang tasa ng kanyang buhay ay
.umaapaw sa kagalakan

Ang mga makakamit ng maningning na tagumpay laban
sa kadiliman sa lupa ay magkakaroon ng liwanag ng

kaluwalhatian bilang kanilang bahagi at magtatamasa ng
.panloob na kapayapaan at kaligayahan

O Panginoon, patuloy Mong ikalat ang mga binhi ng
lyong mga pagpapala sa lupa ng aking puso, na inararo ng
pagsusumamo, upang ang mga ito ay lumaki at maging
malilim na mga puno na ang mga sanga ay magbunga ng
pinakamasarap at pinakamatamis na bunga ng pagkilala sa
.sarili

Madalas tayong nasasaktan nang hindi nagsisikap na
magbago, at iyon ang dahilan kung bakit hindi natin
natatagpuan ang pangmatagalang kapayapaan at
kasiyahan. Kung tayo ay magtitiyaga at magsisikap, tiyak na
malalampasan natin ang lahat ng paghihirap. Dapat tayong
magsikap na lumipat mula sa paghihirap patungo sa
kaligayahan, at mula sa kawalan ng pag-asa patungo sa
.katapangan

O Banal na Pag-ibig, pag-isahin Mo ang aking pag-ibig sa
lyong pag-ibig, paghaluin Mo ang aking buhay sa lyong
kagalakan, ang aking isipan sa lyong kosmikong kamalayan,
at pawiin Mo ang aking uhaw mula sa bukal ng lyong walang
.hanggang kagalakan

Ang puso ng tapat na naghahanap ay laging
bumubulong: "O aking Diyos at aking Minamahal, ayaw kong
malubog sa kaguluhan ng mapanlinlang na mundong ito, at
ang tanging nais ko ay gisingin ang lyong pag-ibig sa mga
puso ng mga tao. Ang aking puso, ang aking kaluluwa, ang
aking katawan, ang aking isipan, at lahat ng aking pag-aari
ay sa Iyo, O Panginoon." Ang naghahanap na iyon ay
.nakakarating sa Diyos at nakikilala Siya

Panginoon, pagkalooban mo kami ng bago at tunay na
pag-unawa sa kapatiran. Iwanan na natin ang mga digmaan
at pagalingin ang mga sugat ng mga bansa gamit ang
balsamo ng pagmamahal at ang walang hanggang ginhawa
.ng mahabaging pag-unawa

Pagpalain Mo kami upang kami ay makalaya mula sa
impluwensya ng kasakiman, sa pangingibabaw ng
panlilinlang, at sa pagkontrol ng mga ilusyon, at tulungan Mo
kaming bumuo ng isang bagong mundo kung saan ang sakit,
kamangmangan, at taggutom ay walang iba kundi mga
.pangarap ng isang malungkot at mapanglaw na nakaraan
Lutasin natin ang lahat ng problema hindi gamit ang
lohika ng gubat, kundi gamit ang pang-unawa, katotohanan,
at matibay na pananampalataya sa Iyo at sa Iyong banal na
.hustisya

Pinagsama tayo ng buhay dito sa loob ng ilang panahon,
at pagkatapos nito ay magkakahiwalay tayo ng landas.
Ngunit kung ang pag-ibig ng Diyos ay nananahan sa atin,
hindi mahalaga kung saan tayo pupunta, dahil gaano man
tayo kalayo naligaw, mananatili tayo sa loob ng bilog ng
banal na pag-ibig at hindi kailanman tunay na
.magkakahiwalay

Panginoon, gawin Mo akong isang agila ng espirituwal
na pag-unlad na pumapailanlang nang mataas sa mga
.eskinita ng makitid na pag-iisip at ekstremismo

Tawagin mo ako sa mas mataas at mas mataas na mga
abot-tanaw, lampas sa matinding pagyanig ng lupa at mga
ulap na humaharang sa sikat ng araw

Hayaan mong itaas ko ang mga pakpak ng balanse
upang mamuhay nang tama, at hayaang lumipad ako
patungo sa matayog na kalangitan sa ibabaw ng lahat ng
bagyo at unos, kung saan may malawak na abot-tanaw at
.kahanga-hangang mga pananaw

Dumarating ang kapayapaan kapag binubuksan natin
ang ating mga puso sa pagmamahal at kabaitan. Ang mga
may mapagmahal na puso at aktibo sa mabubuting gawa ay
nakararanas ng kapayapaan dahil nananahan ito sa kanila.

Ang kapayapaan ang santuwaryo ng langit at ang
.pundasyon ng isang masayang buhay

Dapat nating laging isipin ang banal na kagandahan sa
likod ng mga bulaklak, ang kosmikong liwanag sa likod ng
.araw, at ang dakilang buhay na kumikislap sa bawat mata
Kapag ang isang tao ay tunay na mabait at nagpapakita
ng paggalang sa iba, at gumaganti ng mga papuri, sila ay
palaging pakikitunguhan nang may pagpapahalaga at
.paggalang

Ipapalaganap ko ang aking pagmamahal sa iba upang
mabuksan ko ang daan para sa pag-ibig ng Diyos na
.dumating sa akin at manahan sa aking puso
Panginoon, hayaan Mo akong maging tanglaw para sa
mga nalulunod sa lalim ng kalungkutan. Tulungan Mo akong
magdala ng kagalakan sa iba nang may pasasalamat para sa
.esprituwal na kagalakang ipinagkaloob Mo sa akin
Tutunawin ko ang poot sa apoy ng aking pag-ibig, at
patatawarin ko ang iba at bibigyan ng pagmamahal ang
.lahat ng uhaw na puso

Ang tunay na pag-ibig ay ang pag-ibig na nagagalak sa
ginhawa ng minamahal

Nawa'y sumikat ang Iyong liwanag sa amin, O

Panginoon, at nawa'y punuin ng Iyong pag-ibig ang aming
mga puso magpakailanman

Ang pagkakaroon ng diwa ng pagkukusa ay
nangangahulugan ng pagkakaroon ng kapangyarihan ng
malikhaing imahinasyon na nagbibigay-daan sa isang tao na
mag-imbento ng isang bagay na hindi pa nagagawa ninuman
noon. Ang bawat tao ay ipinanganak na may ganitong
.kaloob na ipinagkaloob sa kanya ng Diyos

Ang pinakadakilang pag-ibig ay ang banal na pag-ibig,
na siyang nagpapaganda sa buhay nang higit pa sa mga
salita. Kapag nararamdaman mo ang Diyos na kasama mo,
lumalapit sa iyo saan ka man naroroon at ginagabayan ang
.iyong mga hakbang, nagsimula na ang banal na pag-ibig
Ang kapangyarihan ng katotohanan ay sumasalungat sa
hangin

Panginoon, kapag ako'y nahaharap sa mga pansamantalang paghihirap, hayaan Mo akong maalala ang iyong masaganang mga pagpapala sa akin noon, dahil alam kong ang iyong tulong ay hindi kailanman humihiwalay sa akin at ang iyong pangangalaga ay laging kasama ko. Sa Iyo, iniaalay ko ang aking taos-pusong pasasalamat para sa bawat biyayang dumarating sa akin mula sa Iyong bukas-.palad na kamay

Ang mga patak ng pag-ibig ay sumisikat sa mabubuting kaluluwa, at ang Diyos ay matatagpuan lamang sa dagat ng pag-ibig

Ang pang-unawa ay parang lamparang nagbibigay-liwanag sa landas ng isang tao at nagdudulot sa kanila ng tagumpay

Sa tagsibol, pinalamutian ng Diyos ang kalikasan ng pinakamagagandang rosas at bulaklak na may .magagandang kasuotan at matingkad na mga kulay

Ang kapayapaan ang unang tagapagbalita na nagpapahayag ng paglapit sa Banal na Presensya.

Pagkatapos, ang kapayapaan ay nagiging mga liwanag na .mas maliwanag kaysa sa walang katapusang kagalakan

Kapag sumisid ako nang malalim sa dagat ng pagmumuni-muni, nakakaramdam ako ng isang pinagpalang kilos sa aking pagkatao at naririnig ko ang isang bulong na "bores na nagsasabing, "Ako ay malapit na

Dapat bumaling sa loob, kung saan ipinapahayag ng kaluluwa ang sarili. Mula sa kaibuturan ng kaluluwa ay .nagmumula ang lahat ng karanasan ng panloob na buhay

Kapag napagtanto ng kaluluwa ang sarili nang may banal na kamalayan, nakakaramdam ito ng malaking kagalakan at paglawak patungo sa walang hanggan na .espasyo

Kung gagamitin mo ang lahat ng panlabas na paraan at mapagkukunan na magagamit mo, bukod pa sa iyong likas na kakayahan, upang malampasan ang lahat ng balakid na

maaaring humadlang sa iyong daan, malilintang mo ang mga
kapangyarihang ibinigay sa iyo ng Diyos: ang mga walang
limitasyong kapangyarihang nagmumula sa pinakamalalim
.na kaibuturan ng iyong pagkatao

Ang pag-ibig ay tumatahak sa ginintuang landas
patungo sa Diyos

Ilalatag ko ang sikat ng araw ng mabubuting hangarin at
mabubuting intensyon saanman gumapang ang kadiliman
ng hindi pagkakaunawaan

Kapag dumarating ang mga kahirapan, ngunit ayaw mo
pa ring tumigil sa pagsubok at pagsisikap, sa kabila ng lahat
ng balakid at hadlang, tutugon ang Diyos sa iyo at
.puputungan ng tagumpay ang iyong mga pagsisikap

O Panginoon, pupulutin ko ang bulaklak ng pananabik
mula sa hardin ng aking puso at ilalagay ito bilang handog
.ng pag-ibig sa Iyong banal na pintuan

Dahil ang ating mga iniisip at salita ang mga binhing
magdadala sa atin ng ani sa hinaharap, sisimulan ko ngayon
na punuin ang aking kamalayan ng mabubuti at positibong
.mga kaisipan

Lumilipad at pumailanlang ako sa eroplano ng aking
kamalayan pataas at pababa, hilaga at kanan, loob at labas
at saanman upang matuklasan na sa bawat sulok ng
kalawakan ako ay nasa piling ng Diyos at naroon pa rin
.hanggang ngayon

Mabuhay ang bawat sandali nang may kamalayan sa
iyong kaugnayan sa walang hanggang Ganap. Walang
katapusan ang iyong kamalayan, at lahat ng bagay ay
kumikislap at nagniningning na parang mga bituin sa
.kalangitan ng iyong pagkatao

Ang paglayo, o kawalan ng pagkakabit, ay ang
matalinong landas na tinatahak ng naghahanap, kusang-loob
na inaalis ang mga walang kabuluhang bagay para sa
kapakanan ng mga mas dakila. Hindi niya ibinubuklod ang
kanyang sarili sa panandaliang senswal na kasiyahan sa

paghahangad ng isang panibagong panloob na kagalakan.

Ang paglayo ay hindi isang layunin sa sarili nito, ngunit nagbubukas ito ng daan para sa paglitaw ng mga birtud at .espirituwal na kapangyarihan ng kaluluwa

Ang espirituwal na tagumpay ay sumusulong nang may matapang na mga hakbang sa mga landas ng buhay
Dapat sulitin ng isang tao ang kanyang kasalukuyang buhay, buksan ang mga bintana ng kanyang puso, gisingin at buhayin ang mga natutulog na kakayahan ng kanyang .kaluluwa

Sa likod ng mga maskara ng pagbabago at transpormasyon ay naroon ang banal na presensya. At sinumang makapagpapatatag ng salamin ng kanilang isipan at mapigilan ito sa pagyanig, ay makikita sa malinaw na .salamín na iyon ang mukha ng kosmikong minamahal
Ang pag-ibig ay mas malakas kaysa sa kamatayan at sa mga pinsala ng panahon

Ang pagsusuri sa sarili ang susi sa tagumpay, at ang pagninilay ay isang salamin kung saan nakikita natin ang mga panloob na sulok na kung hindi man ay mananatiling nakatago mula sa ating paningin. Dapat nating suriin ang ating mga pagkukulang, makilala ang pagkakaiba sa pagitan ng positibo at negatibong mga tendensiya, at tukuyin ang .mga hadlang sa pag-unlad at tagumpay

Kayganda mo, O kaibigan! Ikaw na kumukuha mula sa tubig ng taos-puso at palakaibigang pagmamalasakit, at ang mga dahon ay nababasa ng hamog ng panloob at panlabas na tamis na nagmumula sa kaibuturan ng taos-puso at tapat .na mga puso

Minsan ay nakakita ako ng isang maliit na langgam na sinusubukang umakyat sa isang tambak ng buhangin, at naisip ko sa sarili ko: iniisip siguro ng langgam na umaakyat ito sa Himalayas! Ang tambak ng buhangin ay maaaring tila napakalaki para sa langgam, ngunit hindi para sa aking mga

mata. Gayundin, ang milyun-milyong solar years natin ay
.maaaring wala pang isang minuto sa isipan ng Diyos
Dapat nating sanayin ang ating mga sarili na mag-isip
tungkol sa mga dakilang bagay tulad ng kawalang-hanggan
at kawalang-hanggan

Naglakbay ako sa mundo ng kawalang-hanggan at
nasaksihan ang kumikinang na ambon sa lupain ng liwanag,
at sa buhay na kinang na iyon ay nabasa ko ang mga
kahulugan ng mga lihim na nakasulat sa mga pahina ng
.panahon

Kapag natutulog ka, pasibo mong pinapatahimik ang
mga iniisip at nararamdaman. Ngunit kapag sinasadya mong
pinapatahimik ang mga iniisip at nararamdaman sa
pamamagitan ng meditasyon, ang unang bagay na iyong
mararanasan ay isang estado ng kapayapaan, at ang iyong
mga kalamnan sa mukha ay natural na bumubuo ng isang
ngiti na sumasalamin sa panloob na kapayapaan. Ngunit
dapat kang tumingin nang lampas sa estadong ito ng
kapayapaan upang madama ang kadalisayan ng iyong
kaluluwa—isang kadalisayan na walang bahid ng sensory
stimuli o awtomatikong reaksiyon sa mga kaisipang
nauugnay sa mga pandama. Ang estado na iyong
mararanasan ay isa sa walang hanggan at patuloy na
.nababagong kaligayahan

Kung maglalagay ka ng isang mangkok ng tubig sa
ilalim ng liwanag ng buwan at pagkatapos ay haluin ito,
lilikha ka ng isang baluktot na imahe ng buwan. Kapag ang
tubig ay tumilapon sa mangkok, ang repleksyon ay nagiging
malinaw. Ang mga sandali kung kailan ang tubig sa mangkok
ay tahimik at sumasalamin sa mukha ng buwan nang may
perpektong kalinawan ay maihahambing sa isang estado ng
mapagnilay-nilay na kapayapaan at isang estado ng malalim
na katahimikan. Sa kapayapaan ng pagmumuni-muni, lahat
ng alon ng mga sensasyon at kaisipan ay tumitigil sa pag-
agos mula sa isipan. At sa mas malalim na estado ng

kapayapaan, ang taong mapagnilay-nilay, sa katahimikang
iyon, ay nakikita ang kabilugan ng buwan ng banal na
.presensya na makikita sa lawa ng kaluluwa

May apat na estado na pamilyar ang isang karaniwang
tao: kaligayahan kapag natupad ang isang pagnanais,
kalungkutan kapag tinanggihan ito, pagkabagot kapag hindi
masaya o nalulumbay, at kapayapaan kapag nadaig ang
mga emosyong ito o sikolohikal na estado ng kasiyahan,
.sakit, at pagkabagot

Ang kapayapaan ay isang lubos na kanais-nais na
kalagayan, na nagmumula sa kawalan ng kalungkutan at
kasiyahan, at kawalan ng pagkabagot. Ang mga kalagayang
ito ay patuloy na nagbabago at umaalon sa ibabaw ng
kaluluwa. Matapos sakyan ang magulong alon ng sakit at
kasiyahan, kabilang ang paulit-ulit na paglubog sa kailaliman
ng pagkapagod, may kagalakan sa paglutang sa kalmadong
dagat ng kapayapaan. Ngunit higit pa sa kapayapaan ang
espirituwal na kaligayahan—ang kaligayahan ng kaluluwa—
ang sukdulang kaligayahan. Ito ay isang walang hanggang
kagalakan na hindi kumukupas kundi nananatili sa kaluluwa
magpakailanman. Ang pinakamataas na kagalakang ito ay
makakamit lamang sa pamamagitan ng kamalayan sa banal
.na presensya

Ang tunay na ngiti ay isang ngiti ng espirituwal na
kaligayahan na nakukuha mula sa pagmumuni-muni at pag-
.iisip tungkol sa Diyos at pagdamay sa Kanyang presensya
Ang aking ngiti ay nagmumula sa isang malalim na
kagalakan sa aking kalooban—isang kagalakang
mararanasan ng lahat. Ito ay parang bango na nagmumula
sa puso ng isang namumulaklak na rosas. Ang dakilang
kagalakang ito ay nag-aanyaya sa iba na ilubog ang kanilang
.sarili sa sagradong tubig ng kaligayahan

Sa liwanag ng mapalad na pagpapatawad, ang
kadiliman ng poot na naipon sa loob ng maraming taon ay
naglalaho

Mabilis na tinutupad ng Diyos ang anumang
pangangailangan ng Kanyang mga mananamba dahil
napalaya na nila ang kanilang mga sarili mula sa
makasariling mga motibo na sumisira sa mga pagsisikap at
.bumibigo sa mga pag-asa

Siyang pinoprotektahan ng Diyos, walang makakasira
Hindi tayo nag-iisa sa mundong ito, dahil ang Diyos ay
kasama natin, at may mga nagtatagal, matalik, at
palakaibigang ugnayan kung saan tayo kumukuha ng
.suporta at kagalakan

O nagniningning na bituin ng patnubay sa kalangitan ng
karunungan, ang iyong makinang na kislap ay nag-aanyaya
sa akin na galugarin ang iyong pinagpalang mga abot-tanaw,
at ang aking nananabik na ibon ay mabilis na sumusugod,
tumatagos sa siksik at madilim na kapaligiran, dulot ng
pananabik sa iyo at paglubog sa iyong pinakabanal na
.liwanag

Ang personalidad ng isang tao ay nagsisimulang
umunlad at mamulaklak kapag nararamdaman niya - sa
pamamagitan ng panloob at intuwitibong sensasyon - na
hindi ito ang matibay na pisikal na katawan kundi ang
.walang hanggang espirituwal na agos sa loob ng katawan

Kapag ang puso ng disipulo ay umaapaw sa
pagmamahal sa Diyos, ang kanyang mukha ay
magniningning na may ngiti ng kapayapaan at karunungan,
at ang mga patong ng kamangmangan na bumabalot sa
.kanyang kaluluwa ay madudurog at tuluyang maglalaho

Kapag tiningnan mo ang isang bulaklak o puno,
malalaman mo na ang mga magagandang anyo ng buhay na
ito ay hindi umiral nang mag-isa. Ang Diyos ang humubog sa
kanila at nagbigay sa kanila ng bango at napakagandang
.kagandahan

Palaging gampanan ang iyong mga tungkulin, maliit
man o malaki, nang may malalim na atensyon, alalahanin na
ang Diyos ang gumagabay sa iyong mga hakbang at

nagpapalakas sa iyong mga pagsisikap upang makamit ang
.iyong mga marangal na mithiin

Kapag ang isang tao ay kumonekta sa kanilang
espirituwal na esensya, ang matagal nang nakalimutan at
lumipas na mga panahon at ang imortal na kapangyarihan
ng kaluluwa ay bumabalik sa kanilang kamalayan. Sa
meditasyon, naaalala ng isa na sila ay isang imortal na
.kaluluwa, hindi isang mortal na katawan
Saanman tayo makakakita ng mga tao, mabuti man o
masama, na naghahanap ng kaligayahan sa sarili nilang
paraan. Walang sinuman ang gustong saktan ang kanilang
sarili. Kaya bakit may mga taong kumikilos sa mga paraang
hindi maiiwasang magdulot sa kanila ng sakit at
kalungkutan? Dahil ang mga kilos na iyon ay hinihimok ng
.kamangmangan at maling akala

Hinihiling namin sa Iyo, O Panginoon, na liwanagan Mo
kami ng liwanag ng Iyong karunungan at alisin Mo sa amin
ang kadiliman ng kamangmangan at maling akala
Ang isang taong may malay ay dapat maging maingat
sa halip na matakot, at dapat linangin sa kanyang sarili ang
isang pakiramdam ng katapangan nang walang kawalang-
ingat at padalus-dalos upang hindi malantad ang kanyang
sarili sa mga pangyayaring maaaring magdulot ng takot at
.pagkabalisa

Ang karunungan ay hindi nakasalalay sa pagpasok ng
impormasyon mula sa labas, kundi sa kapangyarihan ng
panloob na pagtanggap, na siyang nagtatakda sa dami ng
tunay na kaalaman na maaaring makuha at ang bilis kung
.saan maaaring makamit ang kaalamang iyon

Ang mundong ito ay isa lamang entablado kung saan
ginagampanan natin ang ating mga tungkulin sa ilalim ng
pamamahala ng Banal na Tagapamahala. Dapat tayong
gumanap nang mahusay anuman ang uri ng mga tungkuling
itinalaga sa atin, laging alalahanin na ang ating mahalagang
.katangian ay walang hanggang kaligayahan

Ang pinakamatalino sa lahat ay siyang naghahangad na
makilala ang Diyos, at ang pinakamatagumpay sa lahat ay
siyang nakatagpo na ng Diyos

O Mahal na Diyos, nawa'y ikaw ang maging unang lugar
sa aming buhay, nawa'y punuin ng iyong nakapagpapagaling
na pag-ibig ang aming mga puso, at nawa'y pawiin ng iyong
pinagpalang liwanag ang kadiliman ng mga alalahanin sa
.aming mga kaluluwa

Ang kalayaan ay nangangahulugang pagkilos ayon sa
konsensya, hindi ayon sa dikta ng nakasanayan at
pagnanasa. Ang pagsunod sa ego at mga kapritso nito ay
nagbubunga ng mga limitasyon, habang ang pagsunod sa
mga udyok ng karunungan ay nagkakaloob ng kalayaan
.mula sa mga limitasyong iyon

Ang kapayapaan ng isip ay matatagpuan sa
pamamagitan ng malay at sinadyang pagpapaunlad ng
mabubuting katangian, na, kapag ganap na lumaki, ay hindi
maaaring alisin sa may-ari nito maliban kung pipiliin niyang
.isuko ang mga ito nang kusang-loob

Karamihan sa mga tao ay naghahanap ng kaligayahan
gamit ang mga maling pamamaraan. Ang ilan ay naniniwala
na maaari nilang doblehin ang kanilang kaligayahan sa
pamamagitan ng pag-aampon ng mga maling pag-uugali at
hindi malusog na mga kilos na tila nag-aalok ng kumikinang
na mga pangako ng labis at pangmatagalang kaligayahan,
at sila ay nalililang ng mga maling pangakong iyon, dahil
ang lasa ng tunay na kaligayahan ay hindi malalasap sa
.impyerno ng mga maling ilusyon at maling kilos

Ang bawat minuto ay walang hanggan dahil ang
kawalang-hanggan ay maaaring maranasan sa loob ng
minutong iyon. Ang mga araw, minuto, at oras ay mga
bintana kung saan natin masisilayan ang kawalang-hanggan.

Ang buhay ay maikli, ngunit kasabay nito ay walang
katapusan at walang hangganan. Ang kaluluwa ay imortal, at

sa maikling kabanatang ito ng buhay ng tao, dapat nating
.sulitin ang bawat potensyal at pagkakataon na magagamit

Ang mga salitang espirituwal ay parang mga buto na
nangangailangan ng matabang lupa upang sumibol, lumaki,
mamulaklak, at mamunga

Ang espirituwal na paglago ay nangangailangan ng
pagninilay-nilay sa sarili, pagsasaayos ng mga prayoridad sa
buhay, pagtukoy at pag-aalis ng mga mapaminsalang gawi,
at pagsunod sa mga tuntunin at batas sa kalusugan
alinsunod sa umuunlad na espirituwal na pag-unawa at
.lumalagong lakas ng pag-iisip

Kapag natikman ng disipulo ang banal na kagalakan,
matutuklasan niya na ang Diyos ay naging mas totoo sa
kanya kaysa sa anupaman, at matatanto niya na ang
paghipo sa banal na presensya ay isang kaligayahan na
.walang katumbas na kasiyahang pandama

Gumagawa ang Diyos upang gisingin ang espirituwal na
kamalayan ng tao at gabayan ang kanyang kalooban sa
tamang direksyon sa pamamagitan ng kagandahan ng
birtud, ang kadakilaan ng pagpaparaya, ang kamahalan ng
.karunungan, at ang karilagan ng espirituwal na kaligayahan

Hindi ko ituturing na estranghero ang iba dahil
pakiramdam ko ay kapatid ko silang lahat. Gagawin kong
matagumpay at makabuluhan ang buhay ko upang
matulungan ko ang iba na magtagumpay at magtagumpay.
Makikiramay ako sa iba at magpapakita sa kanila ng habag
habang ipinapakita ko ang aking sarili. Mamahalin ko ang
Diyos tulad ng pagmamahal sa Kanya ng mga propeta at
mga banal, at itatapon ko ang pagkamakasari sa balon ng
.aking pagmamahal sa iba

Sa kabila ng panandaliang buhay na ito sa lupa, na
maaaring mamatay, ay naroon ang isang walang hanggan at
hindi nagbabagong buhay. Ang katawan ay binubuo ng mga
elementong kemikal na nabubulok at nawawala, ngunit sa
kabila ng panandaliang pag-iral na ito ay naroon ang isang

walang hanggan at makalangit na buhay sa piling ng Diyos.
Samakatuwid, hindi natin dapat ituon ang lahat ng ating
atensyon sa walang-hanggang katawang ito, at ang mga
nagnanais nito ay dapat magtiis sa mga pagsubok nito at
.maging mga panginoon nito

Ngayon ay susubukan kong tulungan ang mga
nangangailangan at ibigay ang aking makakaya sa mga
nagugutom

Ako'y ligtas at panatag sa pangangalaga ng Diyos at sa
likod ng aking malinis na konsensya, ako'y kaisa ng liwanag
ng kabutihan na gumagabay sa mga barko ng kaluluwang
hinahampas ng mga alon ng kalungkutan sa dagat ng
.kalituhan at pagkabalisa

Ngayon ay nararamdaman ko ang Diyos sa
pamamagitan ng kapayapaang nanginginig sa loob ko at
pumupukaw sa mga hibla ng aking puso

Gagawin ko ang lahat ng aking makakaya upang
mapasaya ang iba, tulad ng pagsisikap kong mapasaya ang
aking sarili, at sa pamamagitan ng aking espirituwal na
kaligayahan ay maglilingkod ako sa lahat sa bahay ng banal
na pag-ibig at wala akong katatakutan kundi ang aking sarili
.kung susubukan kong linlangin ang aking konsensya

Mula sa mga hardin ng kaluluwa

May balak kang pumunta sa isang lugar, at minadali mo
ang iyong sarili upang makarating doon nang mabilis.
Pagdating mo, hindi mo nasisiyahan sa lugar dahil sa
kasabikan, pagkabalisa, at marahil pati na rin sa kaguluhan
na iyong nararamdaman. Sa halip, sikaping maging mas
kalmado, mas mahinahon, at mas balanse. Kung ang iyong
mga iniisip ay nakahilig sa pag-aalala at pagkabalisa, pilit na
pigilan ang mga ito hanggang sa makabawi ang mga ito ng
.kanilang kahinahunan

Ang excitement ay negatibong nakakaapekto sa balanse
ng nervous system dahil nagpapadala ito ng malaking dami

ng enerhiya sa ilang bahagi ng katawan habang inaalis ang natural na bahagi nito sa iba. Ang kawalan ng balanseng ito sa distribusyon ng enerhiya ang sanhi ng nerbiyos. Ang isang kalmado at relaks na katawan ay nagpapakalma sa mga nerbiyos at nagtataguyod ng sikolohikal na kagalingan. Kasuwato ng Diyos, unti-unting nagsisimulang mabuo ang panloob na pananaw. Dapat magkaroon ng lubos na pananampalataya na sasagutin ng Diyos ang bawat taos-pusong panalangin. Sinumang bumaling sa Kanya upang humingi ng kaliwanagan ay mabubuksan ang kanilang paningin at magliliwanag ang kanilang isip at puso. Kapag nabuksan ang pananaw, ito ay nagpapakita bilang isang pakiramdam na tila nagmumula sa puso, isang pakiramdam ng malalim na kalinawan at katumpakan. Sa pamamagitan ng pakiramdam na ito, ang naghahanap ay nagkakaroon ng matibay na paniniwala at matibay na gabay upang tahakin ang tamang landas, at unti-unting nakikilala at pinagkakatiwalaan ang pakiramdam na ito.

Hindi ito nangangahulugan ng tuluyang pagtalikod sa pag-iisip; ang mahinahon at walang kinikilingang pag-iisip ay humahantong din sa malalim na pag-unawa. Ang emosyonal na pag-iisip, na hinihimok ng kayabangan at pagpapahalaga sa sarili, ay humahantong sa mga hindi pagkakaunawaan at maling konklusyon.

Tanggihan ang mapanirang pagdududa at mga maling paniniwala nang buong puso, at ibaling ang iyong puso at kaluluwa sa larangan ng pananampalataya at ganap na pagtitiwala sa Diyos. Sa katahimikan ng pagmumuni-muni, ang iyong kamalayan ay makakapagtuon sa katotohanan at tamang pag-unawa. Sa karanasang ito, ang pananampalataya ay namumulaklak at nabubuksan, at sa pamamagitan ng pananaw, mararanasan mo ang hindi pa nakikita ng mata, hindi pa naririnig ng tainga, at hindi pa naiisip ng isip ng tao.

Ang bawat hininga ng aking pananabik at pagsusumamo
ay nagbubukas ng mga pinto at bintana sa aking kaluluwa
.kung saan ako patungo sa kaligayahan ng Diyos
Kung paanong sumisikat ang araw sa pinakamaabalang
mga kalsada, makikita ko rin ang mga sinag ng banal na
pag-ibig sa lahat ng mataong lugar ng aking pang-araw-araw
.na gawain

Pagpalain mo ako, O Panginoon, upang magising ko ang
aking kaluluwa sa buhang-liwayway at madala ito sa Iyong
pinagpalang pintuan

O Panginoon, pagkalooban Mo po ako ng mapagbigay
na espiritu upang ibahagi sa iba ang aking mga kakayahan,
at tulungan Mo po akong makita sa tahimik na lawa ng aking
isipan ang repleksyon ng buwan ng aking kaluluwa na
.nagniningning sa liwanag ng Iyong presensya

Ngayon ay sisid ako nang malalim sa dagat ng
pagmumuni-muni at pagninilay-nilay sa Diyos hanggang sa
matagpuan ko ang mga perlas ng karunungan at banal na
.kagalakan

Mamahalin kita, Panginoon, higit sa lahat, dahil kung
wala ka, hindi ko kayang mahalin ang sinumang tao o
.anumang bagay

Sa kaibuturan ng mga bundok at tahimik na kalangitan,
at sa kaibuturan ng aking kaluluwa at ng kweba ng
katahimikan, nararamdaman ko ang presensya ng Diyos at
nararamdaman ang Kanyang patuloy na kagalakan, at
umiinom ako mula sa Kanyang dalisay na mga bukal na hindi
.tumitigil o natutuyo magpakailanman

Mahal at sinasamba Kita, O Panginoon, na ang pag-ibig
ay naghahari sa bawat mabait at mapagmahal na puso
May humiling sa gurong si Paramahansa na ipakita sa
kanya ang isang paraan upang mapaunlad ang isang kaakit-
akit at mapang-akit na personalidad, at sinabi niya: Dapat
kang maging aktibo sa pag-iisip kapag nakikipag-ugnayan sa
iba dahil ang pagiging limot ay mas nakakasira sa pagkatao

ng isang tao kaysa sa anumang bagay. Siyempre, hindi ko tinutukoy ang pagiging limot ng mga dakilang tao, na ang mga iniisip ay karaniwang nakatuon sa malalalim na bagay

Maging laging alerto at mapagmatyag, at ikaw ay magiging isang kaakit-akit na pang-akit

Walang gustong balewalain. Gusto nating lahat na isaalang-alang at bigyang-pansin ang ating mga nararamdaman, at gayundin, dapat nating isaalang-alang ang damdamin ng iba at ipakita ang konsiderasyon sa kanila upang makamit ang pagkakasundo at pag-unawa. Upang magawa ito, dapat kang maging alerto, mapagmasid, at matulungin sa lahat ng tao sa paligid mo

Walang kapangyarihan ang mga patay na mang-insulto sa iba, ngunit ang taong hindi sila pinapansin ay may kapangyarihang mang-insulto sa iba

Kapag kasama mo ang iba, makipag-ugnayan sa kanila nang may atensyon, masigla, at may interes, ngunit iwasang pag-usapan ang iyong sarili

Gusto ng lahat na pag-usapan ang kanilang sarili, ngunit ito ay isang mahinang pamamaraan. Hayaan ang iba na pag-usapan ang kanilang sarili kung nais nila; pakinggan ang kanilang sasabihin. Hayaan silang magsalita tungkol sa kanilang mga problema, kanilang mga nagawa, at kanilang mga impresyon, ngunit hayaan ang iyong magnetismo na magsalita para sa iyo. Ang liwanag ng lampara ay malinaw na nagsasalita para sa sarili nito; hayaan ang iyong tahimik na mga vibrasyon na magsalita para sa iyo nang may pantay na kalinawan

Ipinakita sa akin ng Diyos sa isang pangitain na ang mga namamatay sa labanan ay may kakila-kilabot na panaginip ng kamatayan, ngunit sa sandaling bumangon ang mabubuti mula sa katawan, sila ay nagigising na parang mula sa isang nakakagambalang bangungot at natutuwa na malaya na rito

Ang lahat ng ating mga karanasan sa buhay ay bahagi ng kosmikong panaginip. Ang sangkatauhan ay lumikha ng bangungot ng digmaan, ngunit pagkatapos umalis ang mga biktima ng bangungot na ito sa kanilang mga katawan, napagtanto nila na ito ay isang kakila-kilabot na panaginip kung saan sila nagising, at naunawaan nila na hindi sila .patay. Ito ay isang malalim na metapisikal na katotohanan Kung alam ng isang tao na nananaginip sila, hindi sila magdurusa sa mga nakakagambalang karanasan sa panaginip. Ngunit kung makakamit nila ang pagsasakatuparan ng sarili sa loob ng panaginip at may isang taong nagbigay ng nakamamatay na suntok, ang kamatayan sa panaginip na iyon ay tila isang tunay at nakakatakot na pagsubok hanggang sa magising sila at .mapagtanto na hindi ito totoo

Ito rin ay naaangkop sa kalagayan pagkatapos ng kamatayan. Sa sandaling lisanin natin ang ating mga katawan, napagtatanto natin na ang ating kamalayan ay hindi namatay, kundi tayo ay napalaya na mula sa katawan at sa mga materyal na limitasyon at limitasyon nito, at sa .kalayaang iyon nakasalalay ang isang dakilang kalayaan Hindi natin dapat hilingin ang kamatayan, bagkus ay ihanda ang ating kamalayan sa pamamagitan ng pakikipag-isa sa Diyos at pagninilay-nilay sa Kanya, upang kapag dumating ang kamatayan sa takdang panahon nito ay .maituturing natin itong isang panaginip lamang Nakikita ko ang mapangaraping kalikasan ng buhay at kamatayan kahit kailan ko gusto Kaya naman, hindi ko masyadong binibigyang-halaga ang katawang ito Mayroong espirituwal na pisyolohiya na nasa ilalim ng sistema ng nerbiyos na natatanging nagpapahintulot sa mga tao na maabot ang pinakamataas na yugto ng pag-unlad ng .kamalayan

Ang utak ng tao, na mas malaki kaysa sa utak ng karamihan sa mga hayop maliban sa mga balyena at

elepante, ay mas kumplikado at nagtataglay ng mas
malaking kapasidad sa pag-iisip. Dahil dito, ang utak ng tao
ay isang angkop na instrumento para sa mga tao, na
nagtataglay ng mas maunlad na kamalayan kaysa sa ibang
mga nilalang. Ang masalimuot at masalimuot na mga paliku-
likong anyo ng utak ay nagbibigay-daan sa mga tao na mag-
isip nang malalim at malalim. Samakatuwid, tanging ang
sangkatauhan lamang ang may kakayahang umabot sa
matataas na antas ng pag-unawa, at dahil dito, makilala ang
Lumikha nito. Ang matalinong tao ay ang taong ginagamit
ang kanilang mga kakayahang intelektwal sa paglilingkod at
kapakinabangan ng sangkatauhan sa materyal, intelektwal,
.at espirituwal na antas
Dumating ang taglamig na suot ang malamig, puti, at
mala-liryong balabal nito
Ang aking mga hangarin para sa mga kagalakan ng tag-
araw ay naglaho na
Sinabihan akong hanapin ang init ng iyong mabait na
puso
At nang lumitaw ang tagsibol, sumasayaw, pinalamutian
ng lahat ng uri ng mga bulaklak
Naaamoy ang bango ng mga bukid at burol, sinabihan
akong mahalin ka, aking Diyos
At dumating ang tag-araw, umaawit ng mga berdeng
himig nito sa malalambot na dahon, ang kaluskos ng mga
poplar, at ang kaluskos ng mga puno ng pino
Iginiit niya na bigkasin ko sa iyo
Kahit ang malambot at malambot na lupa ay humaplos
sa aking nagmamadaling mga paa
At hiniling niya sa kanila na lumapit sa iyong umiiral na
santuwaryo
Sinabi sa akin ng banayad na halimuyak na sundan ang
landas nito
Sa iyong banal na templo sa puso ng mga rosas at basil
na umuugoy

At sinabihan ako ng mga ibon na umawit sa iyo tulad

nila

At ang umaalon na simoy ng hangin sa ibabaw ng mga

sapa at batis

Ginising ko ang mga bula ng aking pag-ibig para sa iyo,

at nagsimula silang magliwaliw sa ibabaw ng iyong malaking

dibdib

At sa pamamagitan ng mga kurbadong hibla ng damo,

natuto akong yumuko

Yumuyuko ako sa iyo, O Panginoon

At ang insenso ay nagbalita rin sa akin ng kahanga-

hangang halimuyak ng iyong pabango

At paano ko dapat panatilihing puno ang aking puso ng

iyong sagradong halimuyak sa harap ng iyong walang

?hanggang trono

At ang maliliit, tahimik, at matiyagang mga bato ay

nagsabi sa akin upang makita kita kahit sa mga taong

nagtatangkang nakawin ang aking kaligayahan

Hiniling sa akin ng mga nakalimutang taon na

magpadala sa aking kapwa tao ng mensahe ng pagmamahal

at pagsinta na nakabalot sa bawat minuto at segundo

At bawat pag-iisip ay nagsasabi sa akin na hanapin ka

sa kanyang puso

Ang pagmamahal ko ang nagbigay inspirasyon sa akin

na mahalin ang lahat ng umiiral sa pamamagitan mo

At bumulong sa akin ang aking pag-ibig, "Mahalin mo

"ako ng buong lakas na taglay ko, O aking Diyos

Minsan ay nakahiga ako sa isang kama ng damo at mga

bulaklak at pinangarap na ang lahat ng bagay sa mundo ay

maganda at masaya

Ang aking ulo ay nakapatong sa matataas, berde, at

makakapal na damo, na nagpapaypay sa akin ng mga simoy

.ng hangin na may dalang matamis na halimuyak

Pagkatapos ay napilitan akong hawakan ang aking

kamay at ang aking katawan, at ako'y namangha sa

kadakilaan ng Lumikha nito. Oo, ako'y namangha na ako, na sigurado sa katotohanan ng aking katawan, ay balang araw ay iiwan ko itong magpahinga sa lupa—ang katawang ito na magiging malamig, maputla, at hindi gumagalaw sa oras ng kamatayan, habang ngayon ay tila masigla ito sa buhay at nagtataglay ng daan-daang sensasyon, milyun-milyong .kaisipan, at bilyun-bilyong pantasya at persepsyon

Ang katawang ito ang yugto kung saan nagbubukas ang mga kabanata ng buhay, kung saan namumulaklak ang mga usbong ng ngiti, na susundan lamang ng hindi maiiwasang pagdating ng kamatayan. Dito, sa gitna ng laman, buto, at dugo, at sa likod ng magandang maskara ng balat, nagkukubli ang mga lobo ng sakit at ang mga halimaw ng pagnanasa. At dito rin, sa ilalim ng laman, ay naroon ang isang lihim na daanan patungo sa kaharian ng liwanag. Ang katawang ito ay malalanta at maglalaho kapag ang panginoon nito—ang kaluluwa—ay umalis dito nang walang hanggan. At bakit hindi? Sapagkat kapag ang naliwanagang panginoon ng pisikal na tahanan ay napapagod nang manirahan sa maputik at gumuguhong kubo ng materya, na nakagapos ng mga tali ng nerbiyos na nangangailangan ng patuloy na pangangalaga, siya ay nakakahanap ng aliw sa ibang bahay sa isang sulok ng mundo ng Diyos—sa ibang larangan ng ganap na pag-iral kung saan ang halimuyak ng kagalakan ay kumakalat sa lahat ng dako at walang .humpay

Ang imortal na kaluluwa ay gumaganap ng papel ng buhay at kamatayan nang may walang hanggang ngiti, pagkatapos ay aalis patungo sa walang hanggang tahanan nito

Obligado ba ang mga manonood ng pelikula na manatili sa sinehan magpakailanman pagkatapos ng palabas? Tiyak na hindi. Dapat umuwi ang mga tao. Gayundin, ang mga kaluluwa ay pumupunta rito upang tamasahin ang sinehan ng buhay, pagkatapos ay umaalis at bumabalik muli. Mahilig

silang manood ng mga pelikula at dula, at kapag napagod na sila sa mga palabas na kanilang pinapangarap, at napag-aralan na ang mga aral na nais ng Diyos na matutunan nila, minsanan silang bumabalik sa tahanan ng walang hanggang .kaligayahan

Kapag ang mga pagpapahalaga ay hindi nakabatay sa katarungan, nagbubukas ang mga puwang kung saan tumatagos ang paghihirap at pagdurusa. Kung ang mga pagpapahalaga ay nakabatay sa pagkamakasarili, nakamamatay na tunggalian, at matinding kompetisyon, ang mga resulta ay marurumi dahil ang mga motibo ay marumi, .at ang pera ay hindi pagpapalain sa ganitong kaso

Dapat linisin ng isang tao ang kanyang konsensya mula sa pagiging makasarili at huwag subukang pagyamanin ang kanilang sarili sa kapinsalaan ng iba. Ang tunay na kasiyahan ay espirituwal, hindi materyal, at ang tunay na pakinabang sa buhay ay ang pagkakaroon ng mga .kayamanan ng karunungan, kaalaman, at pag-ibig ng Diyos

Dapat tayong mamuhay nang simple at laging magsikap na tulungan ang iba at mapabuti ang kanilang kalagayan hangga't maaari. Ngunit ang marangal na layuning ito ay salungat sa pagkamakasarili at kasakiman nang walang .pagsasaalang-alang sa iba

Ang mga makamundo ay hindi balanse at samakatuwid ay hindi itinuturing na matagumpay. Ang isang simple at balanseng buhay ay isang kahanga-hangang sining at isang tanda ng tagumpay. Ang mga taong ang tanging layunin ay .magkamit ng pera ay hindi makakatagpo ng pabor sa Diyos

Totoo na itinanim sa atin ng Diyos ang pakiramdam ng gutom upang tayo ay makapagtrabaho at makapagtustos sa ating mga katawan, ngunit ang pagtustos sa katawan ay hindi lamang ang tanging layunin ng buhay. Ang layunin ay higit na dakila kaysa sa anumang materyal o temporal na konsiderasyon, gaano man ito kahanga-hanga, .kaluwalhatian, at kahanga-hanga

Isa sa mga disipulo ang nagtanong kay Master
Paramahansa kung paano maranasan ang banal na
presensya. Sumagot siya, "Tuwing gabi, bago matulog,
magnilay-nilay hanggang sa maramdaman mong ang iyong
kamalayan ay tumagos na sa mundo ng mga kaisipan at
pumasok sa ibang dimensyon. Gayunpaman, hindi lang iyon.
Matapos ibaling ang isip papasok, ang pananabik ay dapat
sumulong, at ang mga pagnanasa ay dapat sumugod na
parang baha patungo sa Diyos. Kapag isinuko ng disipulo
ang kanyang sarili nang lubusan sa Diyos, bigla niyang
maramdaman na nahawakan niya ang Kanyang pinagpalang
presensya at nakilala Siya. Makakakita siya ng isang
dakilang liwanag na may labis na ningning, at makakakita
siya ng mga anghel at mabubuting kaluluwa. O makakaamoy
siya ng nakalalasong halimuyak mula sa langit, at
malalaman niya na sinagot siya ng Diyos, at mabubuksan
ang kanyang pananaw, at ihahayag sa kanya ng Diyos ang
mga lihim ng buhay. O maaari siyang mabalot ng malaking
kapayapaan habang nagmumuni-muni. Kung magpapatuloy
siya sa pagmumuni-muni at ipagkakaloob ng Diyos sa kanya
ang Kanyang dakilang pagmamahal, makakaramdam siya ng
isang banal na kagalakan na hindi mailalarawan. Mapalad
".ang taong pinagkalooban ng napakasayang karanasang ito

Ang banal na pag-ibig ay nagbubukas ng pintuan ng
langit, kung saan ang naghahanap ay pumapasok sa
presensya ng Diyos

Kung ang isang tao ay humingi sa Diyos, ang
mapagbiyaya at matalino, ng tinapay ng buhay na walang
hanggan, hindi Niya sila bibigyan ng bato ng materyal na
kamangmangan. Kung ang isang mananamba ay
naghahanap ng pagkain ng karunungan, hindi sila bibigyan
ng Diyos ng ahas ng panlilinlang. Kung ang isang
mananamba ay humingi sa Diyos ng diwa ng banal na
kaligayahan na pumapawi ng lahat ng uhaw, hindi Niya sila
bibigyan ng alakdan ng pagkabalisa at sikolohikal na

pagkabalisa. Kung ang mga nalinlang na tao ay alam kung
paano magbigay ng mabubuting kaloob sa kanilang mga
anak, gaano pa kaya ang Panginoon—ang pinagmumulan ng
lahat ng kabutihan at kagalakan—ay magbibigay ng
espirituwal na kaalaman at kaliwanagan sa mga
!nagmamahal sa Kanya

Ibinibigay ng Diyos ang pinakamataas na karunungan at
pinakadakilang kaalaman sa mga naghahanap sa mga ito, at
ipinagkakaloob Niya ang Kanyang sarili sa taimtim na
naghahanap na hindi tumatanggap ng anumang kapalit. Siya
na naghahanap sa Diyos nang buong puso at kaluluwa ay
ang pinakamarunong sa lahat, at ang pinakamamahal ng
Diyos sa mga tao. At kapag tumindi ang pananabik ng
sumasamba, nakatatanggap siya ng isang bihira at
minamahal na tugon mula sa Diyos at nararanasan ang
natatanging kaligayahan ng pag-ibig na nararanasan ng mga
.nagmamahal sa Minamahal

Ang matalinong tao na gumaganap ng kanyang bahagi
sa kosmikong panaginip na ito nang may espirituwal na
kamalayan at lumalagong banal na pananabik ay malapit sa
Diyos at mahal sa Kanya. Siya ay nagtataglay ng dalisay na
pag-ibig at minamahal ang Diyos nang walang anumang
makasariling motibo at walang anumang paunang
kundisyon, tulad ng pagsasabi, halimbawa, "O Panginoon,
sasambahin kita sa kondisyon na bibigyan mo ako ng
".kalusugan, pera, at isang komportableng buhay
Sa pagitan ng matalino at ng Diyos ay mayroong
malalim at walang hanggang pag-ibig na walang hanggan.
Kung ang isang tao ay humihingi sa Diyos ng isang bagay na
tiyak, lubos na alam ng Diyos na ang tao ay mas interesado
.sa Kanyang mga kaloob kaysa sa Kanya

Hindi mali para sa isang tao na manalangin para
matugunan ang kanilang mga pangangailangan, ngunit
kapag sila ay nagsusumamo upang makilala ang Diyos at
masdan ang liwanag ng Kanyang maluwalhating mukha,

hindi nila dapat hangarin ang anumang personal na pakinabang mula rito, ni hindi dapat limitahan ang kanilang mga iniisip sa mga kaloob mismo, kundi sa Tagapagbigay mismo. Kapag nagawa ito ng naghahanap nang taos-puso, awtomatiko nilang matatanggap ang lahat ng iba pang mga kaloob mula sa bukal ng pagkabukas-palad at karagatan ng .kasaganaan

Isa sa mga disipulo ang humingi ng payo sa gurong si

Paramahansa kung paano kumilos sa ilang partikular na :sitwasyon at kung paano makitungo sa iba, at sinabi niya Sundin ang katotohanan at huwag lumihis dito, at

iwasan ang pagsasabi ng anumang bagay na maaaring makasakit sa iyo o sa iba, kahit na ito ay totoo , hangga't hindi ka naliligaw sa diwa ng katotohanan. Kasabay nito, hindi ka dapat pumunta sa kabaligtaran na sukdulan at magsinungaling upang maiwasan ang pagsasabi ng .masasakit na katotohanan

Maging tapat sa iyong sarili at sa iba nang hindi iniisip ang mga hindi kinakailangang bagay. Magsalita ng totoo at iwasan ang pagsasabi ng mga bagay na makakasakit o makakasama sa sinuman. Huwag mong ibunyag ang lahat ng iyong mga sikreto sa ngalan ng katapatan at transparency, dahil kung ibubunyag mo ang iyong mga kahinaan, susubukan ka nilang saktan o kutyain anumang oras na gusto nila. Bakit mo sila bibigyan ng sandata na ?magagamit nila laban sa iyo

Magsalita at kumilos sa paraang magdudulot ng kaligayahan at kapayapaan sa iyong sarili at sa iba

Kinakailangang malinang ang espirituwal na pag-unawa upang malaman ang pagkakaiba sa pagitan ng katotohanang nagdudulot ng kabutihan at ang pagsasalaysay ng mga katotohanan nang hindi isinasaalang-alang ang mga kahihinatnan na maaaring ibunga nito, sapagkat ang mga bagay ay hinuhusgahan batay sa kanilang mga wakas. Hindi ipinapayong sabihin ang lahat ng

iyong nalalaman, ni hindi rin ipinapayong maging maingat at
lihim tungkol sa mga bagay na dapat malaman ng iba para
.sa kanilang sariling kabutihan

Kapag wala kang ganap na pag-unawa, makabubuting
manatiling tahimik sa pagsasalita hanggang sa magkaroon
ka ng direktang pag-unawa sa katotohanan na may patas na
.resulta para sa lahat

Patuloy na isipin ang Diyos at humingi ng tulong at
patnubay Niya, at ang iyong pananaw ay mabubuksan
upang makita mo nang malinaw ang mga bagay-bagay at sa
.gayon ay mas mahusay mong makikilala ang mga ito

Binibigyan ng kabataang sigla ang mga selula ng katawan

Ang enerhiyang kosmiko ay dumadaloy sa katawan
nang palagian at walang tigil, ngunit karamihan sa mga tao
ay hindi nakakaalam ng masaganang siglang ito. Ang mga
nakakaramdam nito ay nakakaranas ng pag-agos ng
enerhiya sa kanilang mga selula at isang nakakapreskong
.agos na nagbibigay sa kanila ng panibagong lakas
Ang buong kalikasan ay yumuyuko bilang paggalang sa
Panginoon ng Sansinukob, at ang Kanyang kapangyarihan ay
dumadaloy sa sangkatauhan. Ang problema ay nasa
kabiguan na malinang ang isang matibay na koneksyon sa
pagitan ng sangkatauhan at ng pinagmumulan ng lahat ng
kapangyarihan. Nabubuhay tayo nang direkta sa
pamamagitan ng banal na kapangyarihan, at lahat ng iba
pang kapangyarihan ay walang silbi kung wala ang
.nagpapanatiling kapangyarihan ng Diyos
Pagkain, oksiheno, at sikat ng araw—ang mga
elementong ito ay maaaring magbigay sa atin ng ilang antas
ng kalusugan, ngunit kailangan nating maunawaan kung
paano makamit ang kumpletong kalusugan mula sa Walang-
hanggang Pinagmumulan. Ang mga pinagmumulan ng
materyal ay parang maliliit na baterya na kalaunan ay
nauubusan ng karga, habang ang Walang-hanggang

Pinagmumulan ay isang makapangyarihang generator na ang kapangyarihan ay hindi nababawasan, patuloy na nagbibigay sa kaluluwa ng sigla, kaligayahan, at lakas. Samakatuwid, napakahalaga na umasa sa Walang-hanggang .Pinagmumulan hangga't maaari

Ang taong nagnanais ay dapat matutunan ang tamang paraan upang makinabang mula sa mahalagang suplay na iyon nang direkta mula sa pinagmumulan nito, at dapat mapagtanto na ang pag-iisip ay realidad, sapagkat ang lahat ng natural na penomeno ay isang sagisag ng banal na pag-iisip dahil naisip ng Diyos ang mundong ito bago ito likhain Marami ang naniniwala na ang pag-iisip ay produkto ng katawan, ngunit ang lubos na tumpak na pagkabuo ng katawan, at ang kahanga-hangang koordinasyon sa pagitan ng mga bahagi at organo nito, ay malinaw na nagpapahiwatig na ang katawan ay ang nilikha ng isang .napakataas na kosmikong pag-iisip

Ang isip ang pangunahing elemento na kumokontrol sa katawan, at napakahalaga para sa isang tao na iwasan ang mga mungkahi sa pag-iisip ng mga kakulangan ng tao tulad ng sakit, panghihina, pagtanda, at pagkabigo, at tiyakin sa kanyang sarili na ang isang walang-kaubos na aktibidad ay dumadaloy sa kanya, at ang aktibidad na ito ay pinagkalooban ng katalinuhan at kayang singilin ang mga .selula ng katawan ng kagalingan at sigla ng kabataan Ang pag-iisip ay ang utak, ang mga emosyon, at ang mga pandama ng bawat buhay na selula; mayroon itong kapangyarihang panatilihing aktibo at alerto ang katawan o matamlay at tamad. Ang pag-iisip ang panginoon, at ang mga selula ng katawan ang mga nasasakupan nito, na sumusunod sa mga utos at pagbabawal ng kanilang kataas-taasang panginoon: ang pag-iisip

Binibigyan natin ng malaking pansin ang kalidad ng pagkaing kinakain natin araw-araw, at gayundin, dapat nating bigyang-pansin ang kalidad ng intelektwal at

sikolohikal na pagkaing ibinibigay natin sa ating isipan araw-
.araw

Sinasabi ng metapisikal na siyentipiko na ang katawan ay hindi isang electromagnetic wave kundi isang alon ng .kamalayan na lumulutang sa dagat ng banal na kamalayan Araw-araw, dapat nating palakasin ang ating pisikal na lakas, dagdagan ang ating mental na lakas, at kilalanin ang ating tunay na sarili sa pamamagitan ng pagmumuni-muni, matinong pag-iisip, at positibo at produktibong gawain na .magkakasamang makikinabang sa katawan, isip, at espiritu

Biniyayaan ako ng Diyos ng kaligayahan sa
mahahabang taon ng aking buhay. Makita man ng mga tao
ang ngiti ng kasiyahan sa aking mukha o hindi, ang banal na
kagalakan ay laging kasama ko at hindi ako iniiwan. Ang
dakilang ilog ng kaligayahan ay patuloy na dumadaloy sa
ilalim ng buhanginan ng aking kamalayan at bumubulwak
bilang mga pinagpalang bukal na nagdidilig sa mga hardin
.ng aking buhay

Hindi kayang guluhin ng mga biglaang pagbabago sa buhay ang aking kapayapaan, ni hindi kayang alisin ng multo ng kamatayan ang espirituwal na kaligayahang aking .nararamdaman

Mahirap gawing permanente at hindi mababago ang kalagayang iyon, ngunit ang mga bunga ng espiritu na ngayon ay tinatamasa ko at ibinabahagi ko sa iba ay sulit sa .lahat ng pagsisikap na ibinuhos ko rito Ako'y nag-iisip at kumikilos na ginagabayan ng banal na espiritu. Ang pera ay hindi kailanman naging layunin ko sa buhay, bagkus ay ang paglilingkod sa aking mga kapatid sa sangkatauhan. Kaya naman, binuksan ng Diyos ang maraming pinto ng kabutihan para sa akin upang matustusan ang aking sarili at matupad ang aking misyon. At sa tuwing kailangan ko ng tulong, agad itong ibinibigay ng .Diyos

Ang tanging hangarin ko ay paglingkuran ka, at kaya
ako narito

Ang kapangyarihan ng Diyos ay gumagana rin sa inyong
buhay. Mararanasan ninyo mismo ang katotohanang ito
kapag lumakas ang inyong pananampalataya at napagtanto
ninyo na ang tunay na kayamanan ay hindi nagmumula sa
.mteryal na tagumpay kundi sa Makapangyarihan
Bagama't ang buhay ay tila hindi mahuhulaan, pabago-
bago, at mahiwaga, puno ng mga pagdududa at lahat ng uri
ng problema at kaguluhan, nananatili tayo sa ilalim ng
patuloy na proteksyon ng Diyos. Hindi natin dapat palakihin
ang mga bagay-bagay o mawala ang ating kahinahunan sa
harap ng mga pangyayari, dahil kung hahayaan nating
madaig tayo ng takot, binibigyan natin ng kapangyarihan
ang kasamaan at pinalalalim ang mga ugat nito, na lumalaki
.at umuunlad sa lupa ng takot at pagkabalisa

Hindi natin dapat asahan na makakatagpo tayo ng
pangmatagalang kaligayahan at kapayapaan sa mga
pagsubok sa buhay; sa halip, dapat nating hanapin at
tuklasin ang mga ito sa ating sarili. Kung gayon, anuman ang
ating mga karanasan, haharapin natin ang mga ito sa
parehong paraan ng panonood natin ng mga karanasan ng
.iba sa isang pelikula, masaya man o masakit

Maaaring gawing masasakit at malungkot na pagsubok
ng isang tao ang lahat ng kanilang mga karanasan kung
hahayaan nilang gawin ito ng kanilang isipan. Maaaring
magtamasa sila ng mabuting kalusugan ngunit hindi nila
pinahahalagahan ang halaga nito. Ngunit kung sila ay
magkasakit, magpapakumbaba sila at pahahalagahan ang
biyaya ng kagalingan. Dapat nating kilalanin ang biyaya ng
Diyos at pasalamat Siya sa mga biyayang ipinagkakaloob
Niya sa atin nang hindi na hinihintay pa ang mga hindi
magandang pangyayari upang tayo ay magpasalamat at
.kilalanin ang Kanyang biyaya

Ang buhay ay dapat na isang timpla ng pagninilay at pagkilos. Kapag ang isang tao ay nawalan ng kanilang sikolohikal na balanse, sila ay nagiging mahina sa pagdagsa ng mga alalahanin, mga ulap ng kalungkutan, at mga kirot ng sakit. At kung susubukan nilang labagin ang mga batas ng kalusugan, kasaganaan, at karunungan, sila ay tiyak na .magdurusa sa sakit, kahirapan, at kamangmangan. Dapat nating panatilihin ang ating mga intensyon, malinis ang ating mga motibo, at kumilos sa paraang magdudulot sa atin ng kapayapaan ng isip, at huwag hayaang ang mga pangyayari sa buhay ay makagambala sa ating kapayapaan at makasira sa ating .kaligayahan.

din ang ating talino at tanggihan ang pasanin ng kahinaang intelektwal at moral na minana mula sa maraming taon at henerasyon. Ang mga karumihang ito ay dapat sunugin sa apoy ng panibagong determinasyon at produktibong pagkilos. Sa pamamagitan ng nakabubuo na pamamaraang ito, ang tunay na nakatuong indibidwal ay .maaaring maabot ang abot-tanaw ng kalayaan at kalayaan

Ang mga walang hanggang batas ng kaligayahan

Sinasabing noong ginintuang panahon ng isa sa mga matuwid na pinuno ng India, walang nangyaring insidente, maagang pagkamatay, o natural na sakuna na nakagambala sa kapayapaan at ganap na pagkakaisa ng kanyang .kaharian.

Kapag ang mga miyembro ng pamilya ay namumuhay nang may higit na integridad, ang bawat tahanan ay makakaranas ng higit na pagkakasundo, kalusugan, at pagmamahal. Ngunit kapag ang mga miyembro ng pamilya ay nagtrato sa isa't isa nang may pangit na pagkamakasarihan, ang tahanan ay awtomatikong mapupuno ng alitan at poot. Ito rin ay naaangkop sa mga bansa. Kapag ang mga tao ay namumuhay nang may katapatan at integridad, .masasaksihan nila ang Kaharian ng Diyos sa Lupa.

Maikli ang panahon Ngayon ay narito tayo, bukas ay
aalis tayo Ang paghahanap sa Diyos ang pinakamataas na
pribilehiyo ng sangkatauhan Dapat nating samantalain ang
kalayaang ibinigay sa atin ng Diyos sa buhay na ito at
gamitin ito nang matalino upang personal nating maranasan
ang mga walang hanggang espirituwal na katotohanan
Ang kasalanan ay lahat ng bagay na nagdudulot ng
sakit at pagdurusa para sa isang tao. Ang birtud ang
nagpapasaya sa kanila magpakailanman. Kung ang isang tao
ay walang espirituwal na pagkakasundo sa kanilang mga
iniisip at kapayapaan sa loob nila, ang isang bagong bahay,
bagong kotse, o anumang bago ay hindi makapagdudulot ng
kaligayahan at katahimikan sa kanilang kaluluwa; sa halip,
ang kanilang panloob na paghihirap ay mananatili kahit na
.makamit ang mga bagong bagay na iyon at higit pa
Ang tunay na kaligayahan ay nakasalalay sa
kakayahang harapin ang mga pangyayari at mapaglabanan
ang lahat ng panlabas na pagsubok. Matatagpuan ito kapag
kaya mong tiisin ang matinding sakit at malupit na
paghihirap na dulot ng pagtatangi at malisyosong
pagtatangka ng iba na saktan at bitag ka, at tinutugunan mo
ang kanilang mga pagkakasala nang may pagmamahal at
kapatawaran. Kapag napanatili mo ang kapayapaan ng iyong
isip sa kabila ng masasakit na tusok ng mga panlabas na
.pangyayari, saka mo matitikman ang kaligayahan
Sinasabi ng Banal na Kasulatan na ang mga taong hindi
sumusunod sa mga utos ng Diyos at sumusunod sa kanilang
mga hangal na pagnanasa at kapritso ay hindi makakatagpo
ng kaligayahan o makamamit ang kanilang pangunahing
layunin. Hinihimok nila ang naghahanap ng katotohanan na
gawing gabay at hukom ang Banal na Kasulatan sa pagtukoy
kung ano ang dapat gawin at kung ano ang dapat iwasan, at
upang maunawaan ang mga bagay-bagay at kumilos ayon
.sa karunungan

Ang mga taong may tiwala sa sarili ay ang mga kumikilos nang may integridad. Ang kaligayahan ay nagmumula lamang sa mga dalisay na kaisipan at matuwid na kilos. Kung masaya ka ngayon, magiging masaya ka rin .sa hinaharap, dito man o sa kabilang buhay

Dapat nating tipunin ang ani ng magandang kapalaran sa pamamagitan ng pagtitipon ng mga bunga ng karunungan habang sumisikat ang araw ng mga pagkakataong makukuha. Sa madaling salita, dapat nating samantalahin ang mga pagkakataon bago pa mahuli ang .lahat

kung hindi Samantalahin ang pagkakataon, dahil)

(mo ito samantalahin, ito ay magiging dahilan ng pagsisisi

Binigyan tayo ng Diyos ng mga espirituwal na batas na

tinatawag na mga utos. Ngunit ang mga utos na ito ay

binabalewala at nilalabag araw-araw at saanman. Maliban

kung mauunawaan ng mga tao ang espirituwal na kahulugan

ng mga ito, palagi silang magrereklamo tungkol sa mga ito

at tatalikod sa mga ito. Ang mga utos na ito ay walang-

kupas na mga kodigo ng pag-uugali na itinataguyod ng lahat

ng relihiyong Abrahamiko. Gayunpaman, ang mga teksto ay

kadalasang nabibigong ipaliwanag ang mga sikolohikal na

aspeto ng mga utos na ito at ang mga benepisyong

nauugnay sa pagsunod sa mga ito. Tinatanggap ng mga tao

ang mga utos na ito sa mga lugar ng pagsamba ngunit hindi

sinusunod ang mga ito sa labas ng mga ito, na binibigyang-

katwiran ito sa pamamagitan ng pagsasabing ang mga

patakarang ito ay hindi praktikal, hindi makatwiran, at hindi

naaayon sa panahon. Gayunpaman, ang paglabag sa mga

.utos na ito ang ugat ng lahat ng paghihirap sa mundo

Ngunit ano ang pakinabang ng mga utos na iyon at saan

?nakasalalay ang mga bentahe nito

Pinapayuhan ng mga banal na aklat ang tao na

pagnilayan ang Diyos, ilubog ang kanyang isipan sa Kanya,

isuko ang lahat ng bagay sa Kanya, at sambahin Siya nang

may taos-pusong pagsamba, walang halong pagkukunwari
.at walang bahid ng pagkukunwari

Ang pagkilala sa Diyos ang dapat na maging
pangunahing layunin ng buhay. Ang mga makamundong
tungkulin ay hindi matutupad kung wala ang
kapangyarihang ipinagkaloob ng Diyos sa sangkatauhan.

Ang pagsasagawa ng mga ordinaryong tungkulin habang
.nililimot ang Diyos ay isang pagkakamali at isang kasalanan
Ang kasalanan ay nangangahulugang kamangmangan:
pagkilos sa paraang salungat sa pinakamalaking kabutihan
ng tao

Bakit nalulungkot at nanghihinayang ang mga tao? Dahil
hindi sila kumilos nang matuwid dahil hindi ang Diyos ang
.una sa kanilang mga puso

Walang bagay sa buhay ng isang tao ang dapat ituring
na mas mahalaga kaysa sa Diyos. Kung ang isang tao ay
tunay na nagmamalasakit sa Diyos at tinutupad ang
kanilang espirituwal na tungkulin sa Kanya, ang kanilang
mga kalagayan ay bubuti sa lahat ng paraan, at sila ay
makakaramdam ng ligtas at panatag sa kabila ng lahat ng
.mga nakapaligid na pangyayari

Sa sandaling magsimulang sumamba ang isang tao sa
mga ari-arian, pera, katanyagan, o anumang bagay bukod sa
Diyos, ang kalungkutan ang kanilang mararanasan. Ang mga
taong nakatuon ang lahat ng kanilang atensyon sa mga
bagay na ito ay sa katotohanan ay sumasamba sa mga ito,
at samakatuwid ay hindi sila lumalapit sa Diyos kundi sa
halip ay lumalayo sa Kanya. Ngunit ang mga nagninilay-nilay
sa Diyos, nagmumuni-muni sa Kanya, at nakikipag-ugnayan
sa Kanya sa kanilang mga puso ay lumalapit sa Kanya at
nakakaranas ng panloob na kagalakan sa kanilang tahimik
.na pakikipag-ugnayan sa Kanya

Ang Diyos lamang ang may kakayahang tuparin ang
mga pangarap at pag-asa ng tao para sa pangmatagalang

kaligayahan. Kaya naman, walang dapat hayaang pumalit sa
.lugar ng Diyos sa puso

May mga sagradong simbolo na maaaring makatulong
sa naghahanap na maalala ang Diyos at mapalapit sa Kanya.

Gayunpaman, kung ang isang tao ay magsisimulang
sumamba sa mga simbolong ito, ang kanilang pinsala ay
mas malaki kaysa sa kanilang benepisyo. Ang pagsamba ay
dapat na idirekta lamang sa Diyos, dahil wala nang iba pang
.karapat-dapat sambahin

Anuman ang uri ng ritwalistikong pagsamba, ito ay
katanggap-tanggap sa Diyos hangga't isinasagawa ito ng
sumasamba nang may espirituwal na kamalayan at
pananabik sa Kanya. Gayunpaman, maraming tao ang hindi
nakakaunawa sa diwa ng pagsamba, at ang kanilang mga
iniisip at puso ay nalilihis mula sa Diyos patungo sa mga
ritwal, kaya hindi gaanong nakikinabang sa kanilang
.pagsamba

Hindi hinahayaan ng mga tunay na mananamba na ang
kanilang kamalayan ay makulong sa anumang imahen o
anyo, kundi nakatuon sila nang may pinakamalalim na
pagmamahal at buong atensyon sa banal na espiritu sa likod
.ng lahat ng imahen at anyo

Ang Diyos ay ganap at walang hanggan, at walang
imahe o estatwa ang makapagpapatibay sa Kanya
Masasabing ang Diyos ay nagpapakita ng kanyang sarili
sa bawat taong taos-pusong nagmamahal sa Kanya at
nakikiisa sa Kanya, dahil Siya ay naroroon sa lahat ng dako
at samakatuwid ay naroroon sa lahat. Gayunpaman, hindi
lahat ay may kakayahang magpakita ng banal na presensya.

Ang araw ay pantay na sumisikat sa uling at diyamante,
ngunit ang diyamante ay tumatanggap at sumasalamin sa
sikat ng araw, habang ang uling ay hindi. Gayundin, lahat ng
tao ay nakalubog sa liwanag ng Diyos, ngunit iilan lamang
ang nakakatanggap ng liwanag na iyon at sumasalamin dito
sa kanilang mga iniisip at kilos. Upang magawa ito, dapat

nilang linisin ang kanilang sarili sa pamamagitan ng
pagmumuni-muni at sa pamamagitan ng pagsunod sa mga
.banal na turo at utos

Kapag binibigkas natin ang pangalan ng Diyos, dapat
tayong maging malalim at taos-puso sa ating sinasabi. Kung
makikita mo ang iniisip ng mga tao habang nananalangin,
makikita mo na karamihan ay iniisip ang lahat maliban sa
Diyos, kahit na binibigkas nila ang Kanyang pangalan! Ang
.ganitong panalangin ay walang bunga at walang saysay
Kapag tayo ay nananalangin, dapat nating sikaping
ituon ang ating buong isipan sa Diyos, sa halip na paulit-ulit
lamang ang Kanyang banal na pangalan habang
hinahayaang gumala ang ating mga iniisip. Isa sa aking mga
tiyahin ay madalas na binibigkas ang kanyang mga
panalangin sa mga prayer beads, na bihirang matanggal sa
kanyang kamay. Ngunit isang araw ay inamin niya sa akin na
sa kabila ng pagsasagawa ng ganitong gawi sa panalangin
sa loob ng apatnapung taon, hindi sinagot ng Diyos ang
kanyang mga panalangin. Hindi nakakapagtaka! Ang
kanyang mga "panalangin" ay wala kundi isang ugali ng
.nerbiyos

Kapag tayo ay nananalangin, wala tayong dapat isipin
kundi ang Diyos. Dapat nating sikaping maging taos-puso sa
ating pagsamba at maging deboto sa ating mga
pagsusumamo. Ang paggamit ng mga prayer beads at
patuloy na pagtawag sa pangalan ng Diyos ay lubos na
katanggap-tanggap kapag ang gawain ay nagmumula sa
puso at sinusupportahan ng katapatan at nakatutok na pag-
iisip. Gayunpaman, ang gawaing ito ay maaaring maging
.awtomatiko sa paglipas ng panahon

Dapat nating ibulong ang pangalan ng Diyos sa ating
mga puso, sa rosaryo ng pananabik at banal na pag-ibig; ito
ang tunay na pagsamba na umaantig sa puso ng Diyos. Ang
pagbigkas ng pangalan ng Diyos nang may lamig at pagala-
gala ay kalapastanganan at kawalang-galang. Kapag ang isa

ay nananalangin, ang puso at isipan ay dapat mapuno ng pag-ibig ng Diyos. Ang pagsasanay ng pokus sa pag-iisip sa pamamagitan ng mas mataas na mga ehersisyo sa yogic ay tumutulong sa atin na mapalapit sa Diyos, ang sukdulang pinagmumulan ng kaluwalhatian at karilagan, at tumutulong .din sa atin na magnilay-nilay at makipag-ugnayan sa Kanya Mahalagang maglaan ng isang araw sa isang linggo para sa espirituwal na pagreretiro (kung maaari) para sa pagmumuni-muni sa Diyos at upang maranasan ang katahimikan, kapayapaan, at panloob na kapayapaan. Ang oras na ginugol sa ganitong paraan ay magiging isang nakapapawi na balsamo para sa mga problema at pagkabalisa na iyong kinakaharap sa natitirang bahagi ng .linggo

Kailangang gumugol ang bawat isa ng isang araw bawat linggo sa pag-iisa o isang "espirituwal na pag-urong" upang pagalingin ang kanilang mga emosyonal na sugat at kirot. Kapag ang araw na iyon ay naging araw ng kapayapaan, kagalakan, at kasiyahan, sabik mo itong hihintayin linggo-.linggo

Ang pag-iisa ang halaga ng kadakilaan. Magugulat ka sa mga kahanga-hangang resulta na makakamit para sa iyong isip, katawan, at kaluluwa sa pamamagitan ng espirituwal na pag-urong na ito at koneksyon sa iyong espiritu at sa Diyos. Kung hinahangad mo ang tunay na kaligayahan, dapat mong ilubog ang iyong sarili sa karagatan ng banal na kapayapaan .sa madaling araw pagkagising, at bago rin matulog sa gabi

Ang mga pantas ng India ay hindi lamang nagpapayo ng isang araw ng pag-iisa, kundi binibigyang-diin din ang pangangailangan para sa tahimik na pagmumuni-muni sa apat na partikular na oras bawat araw. Sa madaling araw, bago bumangon at makipagkita sa kahit sino, dapat temasahin ang katahimikan at kapayapaan. Sa tanghali, dapat pakalmahin ang isip bago mananghalian, at muling temasahin ang isang panahon ng kapayapaan bago

maghapunan. Panghuli, bago matulog sa gabi, dapat muling
.pumasok sa isang estado ng kapayapaan
Ang mga masigasig na nananatiling tahimik sa panahon
ng pag-iisa at sa apat na araw na ito ay tiyak na
makakaramdam ng pagkakaisa sa Diyos. Ang mga hindi
kayang sundin ang lahat ng mga panahong ito ay dapat
maglaan ng kahit man lang oras sa umaga at gabi. Sa
paggawa nito, ang kanilang buhay ay mababago para sa
ikabubuti, at makakaranas sila ng kaligayahan; ang
.karanasan ang pinakamahusay na patunay
Kung patuloy kang magsusulat at pipirma ng mga tseke
nang hindi nagdedeposito ng sapat na pondo para
matustusan ang iyong bank account, mauubusan ka ng pera.
Ganito rin ang mangyayari sa iyong buhay. Kung walang
regular na pagdedeposito ng kapayapaan sa iyong life
account, mauubos ang iyong enerhiya, maglalaho ang iyong
katahimikan, at maglalaho ang iyong kaligayahan. Sa
madaling salita, sa kalaunan ay magdurusa ka sa
emosyonal, mental, pisikal, at espirituwal na
pagkabangkarote. Ngunit ang malalim at pang-araw-araw na
pagmumuni-muni sa Diyos ang magpupuno sa mga
.kakulangan sa iyong kaluluwa
Ang taimtim na naghahanap ay nagmumuni-muni araw-
araw, nakikipag-ugnayan sa Diyos nang may buong
pagmamahal at pananabik sa kanyang puso, nagsusumamo
sa Kanya na ihayag ang Kanyang sarili. Kung ikaw ay isang
umiibig sa Diyos at nananabik na maranasan ang Kanyang
presensya, dapat mong ilubog ang iyong isip at katawan sa
Kanyang kapayapaan, at ang buhay ay ngingiti sa iyo, at ang
iyong mga gawain ay bubuti sa maraming paraan. Ang isang
mahinahong tao ay bihirang magkamali at magtatagumpay
.kung saan libu-libo ang nabibigo
Ang mga hindi nag-iisip tungkol sa Diyos o
nagmamalasakit sa Kanya ay nagiging nalulumbay at

miserable. Sila ay nagiging magagalitin at nagiging parang
.mga makinang naglalakad

Ang araw ng karunungan at kapayapaan ay sisikat sa
kalangitan ng katahimikan at babalutin ang iyong pagkatao
ng mga nakapagpapagaling na sinag nito hangga't
gumagawa ka ng espirituwal na pagsisikap at inuuna ang
.Diyos sa iyong puso

Ang isang araw ng pagmumuni-muni ay dapat ding
maging isang araw ng mental at pisikal na pahinga at ang
paglinang ng panloob na kapayapaan. Anumang aktibidad
na nagbubunga ng karunungan at kapayapaan ay isang
.pinagpalang aktibidad sa araw na iyon

Tungkol naman sa paggalang sa mga magulang,
inirerekomenda ng mga banal na aklat ang mabuting
pakikitungo sa kanila: “Igalang mo ang iyong ama at ina” at
”“Maging mabait ka sa mga magulang

Dapat igalang ang mga ama at ina bilang mga
kinatawan ng Diyos, na nagkaloob sa kanila ng kaloob na
lumikha sa sangkatauhan. Ang ina ay ang sagisag ng dalisay
na pag-ibig ng Diyos, sapagkat ang isang mapagmahal na
ina ay nagpapatawad kung saan walang ibang
magpapatawad. Ang ama ay ang pagpapakita ng
karunungan at proteksyon ng Diyos para sa kanyang mga
.anak

Hindi dapat mahalín ng isang tao ang kanyang ama at
ina nang hiwalay sa Diyos, kundi bilang pagpapahayag ng
pagmamahal na iyon. Ang tagapagtanggol at ang matalino.
Ang kataas-taasang banal na espiritu ang nagiging ama at
ina upang tulungan ang anak, kaya dapat itong igalang sa
.mga magulang

Pinapayuhan din tayo ng mga banal na kasulatan na
huwag pumatay para lang pumatay, dahil kung gayon ang
isa ay magiging mamamatay-tao. Hindi dapat kumitil ng
buhay ang isang tao sa isang sandali ng matinding emosyon.
Gayunpaman, kung ang mga mahal sa buhay ay

pinagbabantaan, dapat lumaban ang isang tao upang protektahan ang mga ipinagkatiwala ng Diyos sa kanila, dahil isang sagradong tungkulin ang ipagtanggol ang .pamilya at bansa

Tungkol sa pagbabawal sa pangangalunya, ang mainam na layunin ng sekswal na pagsasama ay ang paglikha ng mga batang nilikha ayon sa wangis ng Diyos at ang pagpapahayag ng dalisay na pag-ibig na nararamdaman ng mga mag-asawa na nakikita ang Diyos sa isa't isa. Ang mga nabubuhay lamang sa pisikal na antas, nang walang pagsasaalang-alang sa tunay na pag-ibig o sa mas mataas na layunin kung bakit nilikha ang sekswal na pagnanasa, ay nangangalunya ayon sa utos na ito. Sa kasong ito, hindi sila naiiba sa mga hayop na nagbibigay-kasiyahan sa kanilang mga sekswal na pagnanasa at pagkatapos ay nagpapatuloy .sa kanilang landas

Nilikha ng Diyos ang malikhaing hangaring ito sa mga kalalakihan at kababaihan upang magkaanak at magpahayag ng tunay na pagmamahalan sa buhay may-asawa, at hindi ito dapat gamitin nang mali, bagkus ay .baguhin ito bilang isang sagradong gawain at kaalaman
Kung kaya mong kontrolin at ipamahagi ang kapangyarihang sekswal sa iyong pagkatao, makakabuo ka ng mahusay na mga kakayahan sa pag-iisip para sa pagsusulat, pagguhit, o para sa pagbubunyag ng mga nakatagong talento sa hindi mabilang na iba pang mga .paraan

At kapag sa wakas ay nakontrol mo na at espirituwal na nabago ang iyong malikhaing aktibidad, makakaranas ka ng malaking kapayapaan, dakilang pagmamahal, at lumalaking .espirituwal na kagalakan

Ang mga santo at mga pinunong espirituwal na nakapagpabago ng kanilang sekswal na aktibidad ay mga higanteng may kakayahang magsagawa ng mga kamangha-

mangha at kahanga-hangang gawa sa mundo at sa
.esoterikong paghahanap ng katotohanan
Kaya naman, ang pinakamataas na gamit ng sekswal na
pagnanasa ay upang itaas ang kapangyarihan nito, ibig
sabihin, upang idirekta ang enerhiya nito patungo sa isang
mas mataas na layunin upang maipakita ang karunungan,
matatayog na ideya, at espirituwal na mga mithiin. Hindi
dapat magtamo ng kasiyahan mula sa mga sekswal na
kaisipan o magnais ng mga ipinagbabawal. Kapag nakamit
ang ganitong uri ng pagpipigil sa sarili, magkakaroon ang
isang tao ng maayos na pananaw sa pakikipagtalik at sa mas
.mataas na layunin nito

Ang pagiging alipin sa mga bagay na sekswal ay nangangahulugan ng pagkawala ng kalusugan, pagpipigil sa sarili, at kapayapaang intelektwal, at sa madaling salita, lahat ng elemento ng kaligayahan na kailangan ng isang tao. Hinihimok din tayo ng mga banal na aklat na huwag magnakaw. Kung ang isang grupo ng isang libong tao ay magnakaw sa isa't isa, bawat isa ay magkakaroon ng 999 na kaaway. Samakatuwid, hindi dapat labagin ng isa ang mga karapatan ng iba, ni agawin ang kanilang lupain, kapayapaan, pag-ibig, dignidad, o alinman sa kanilang materyal o espirituwal na mga ari-arian. Kung hindi mo nararamdaman ang pagnanais na kunin ang hindi sa iyo, ang iyong kailangan o ninanais ang darating sa iyo. Ang pagnanakaw ay unang nagmumula sa isip kapag ang isang tao ay nagsimulang mainggit sa iba. Ang mga buto ng masasamang pagnanasa ay dapat bunutin mula sa isip. Ang espirituwal na altruismo ang paraan. Kung gayon, ang isang tao ay natural na makakaakit ng kasaganaan, at ang mga pagpapala ay dadaloy sa kanila mula sa mga mapagkukunang alam nila at mga mapagkukunang hindi nila alam. Ito ay isang hindi nagkakamaling banal na batas. Para sa mga magnanakaw at makasariling tao, ginugugol nila ang kanilang buhay sa paghahabol sa mga materyal na ari-arian,

ang kanilang mga mata ay palaging nasa kung ano ang mayroon ang iba, kahit na ang kanilang sariling kaban ay .umaapaw sa ginto

Maliban kung ang materyal na pagkamakasari ay iiwan, hindi malalaman ng mundo ang kaligayahan Ang kaligayahan ay dumarating lamang sa pamamagitan ng espirituwal na kooperasyon. Dumarating ito kapag nararamdaman ng isang tao ang mga pangangailangan ng iba na parang sarili nila at gumagawa para sa iba tulad ng pagtatrabaho nila para sa kanilang .sarili

Ang isa pang mahalagang utos ay ang pag-iwas sa pagbibigay ng maling patotoo. Ang pananakit sa sinuman sa pamamagitan ng pagbaluktot sa katotohanan ay isa pang paraan upang masira ang pagkakasundo ng lipunan. Kung nais ng isang tao na tratuhin nang mabuti, dapat niyang .tratuhin ang iba nang naaayon

Dapat laging sabihin ang katotohanan, ngunit kailangang paghiwalayin ang pagsasabi ng katotohanan at ang pagsasabi lamang ng mga katotohanan. Ang pagtawag sa isang tao bilang pilay o bulag ay nakakasakit at hindi nakakatulong; dapat maging makonsiderasyon ang damdamin ng iba at iwasang mapahiya sila. Gayundin, ang pagbubunyag ng katotohanan na maaaring magtaksil sa isang tao nang walang marangal na layunin ay mali rin. Sa kabilang banda, hindi dapat magsinungaling ang isang tao upang maiwasan ang pagsasabi ng katotohanan; sa halip, maaaring manatiling tahimik sa ilang mga sitwasyon upang .maiwasan ang mapahiya o makasakit sa iba

Dapat mag-ingat sa inggit, isang mapanirang sakit na sumisira sa kapayapaan ng kaluluwa. Habang lalo pang hinahangad ng isang tao ang pag-aari ng iba, lalo lamang lumalala ang kalungkutan at paghihirap. Ang taong mainggitin ay nabubuhay nang magulong, hindi kailanman nalalaman ang lasa ng katahimikan. Mas makabubuti para

sa kanila na igalang ang kanilang sarili, umasa sa kanilang .sarili, at hanapin ang panloob na espirituwal na kayamanan Ang dignidad at likas na halaga ng isang tao ay higit na dakila kaysa sa anumang bagay na maaari nilang ninanais o inaasam na angkinin. Ang Diyos ay nakikita sa bawat tao sa paraang hindi nakikita sa sinumang ibang tao. Ang kanilang mukha ay hindi katulad ng sa ibang tao, at ang kanilang kaluluwa ay hindi katulad ng sa ibang tao, sapagkat sa loob nila nakasalalay ang pinakadakilang kayamanan ng lahat ng nilikha—at ang pinakadakilang kayamanang iyon ay ang .Diyos

Hindi tayo nakatali sa nakaraan
Kapag ang isang tao ay may tamang pananampalataya at kumikilos nang naaayon, siya ay mas masaya kaysa sa mga walang pananampalataya at hindi ginagampanan ang .kanilang mga tungkulin sa laban ng buhay
Ang matibay na pananampalataya at matuwid na pagkilos (na sinusuportahan ng mga marangal na motibo at mabubuting intensyon) ay laging naroroon saanman mayroong kaligayahan, at nawawala saanman wala ang kaligayahan. Mula rito, mahihinuha natin na ang mga ito ay dalawang mahahalagang kondisyon para sa kaligayahan, na hindi makakamit kung wala ang mga ito. Ang mga naghahangad ng kaligayahan ay kailangan lamang magtaglay ng dalawang pangunahing elementong ito, na .siyang mga pundasyon at haligi nito
Hindi kayang kontrolin ng mga tao—nang kagustuhan— ang walang katapusang mga bahagi ng sansinukob, ni hindi nila mababago o mabubura ang mga ito. Ang mga bahaging ito ay masalimuot na hinabi sa tela ng buhay ng tao, at hindi kayang gumana nang hiwalay sa mga ito. Gayunpaman, maaari nilang kontrolin ang kanilang mga isipan upang .umangkop sa mga bahaging ito
Huwag mo siyang saktan

Mas masaya ang ating mga ninuno kaysa sa atin, hindi dahil mas marami silang taglay na makamundong bagay at kasiyahan kaysa sa atin ngayon, o dahil hindi sila gaanong nahaharap sa mga problema sa buhay, kundi dahil taglay nila ang sikolohikal na balanse na nagbigay sa kanila ng ginhawa, kapayapaan, kasiyahan, at sa madaling salita, .kaligayahan

Hindi sila umasa sa mga panlabas na pangyayari para sa kanilang kaligayahan, ni hindi sila sumuko sa mga panlabas na kalagayan na mag-aalis nito sa kanila. Ang kanilang mga damdamin ng ginhawa, kapayapaan, kaligayahan, at kasiyahan ay natural, normal, malusog, at pangmatagalan. Dapat din nating linangin ang mga damdaming ito kung nais nating magtaglay ng kaligayahan.

?At sino sa atin ang hindi

Ang kapalaran ay bunga ng nakaraang paggamit ng malayang pagpapasya o kalayaan sa pagpili. Sa pamamagitan ng ating mga nakaraang kasanayan sa malayang pagpapasya, tayo ang nagdala at patuloy na nagdadala sa ating sarili ng kapalaran at tadhana.

Gayunpaman, hindi tayo nakatali sa nakaraan, ni hindi tayo habangbuhay na napipigilan ng mga bunga ng ating mga kilos. Maaari nating baligtarin ang ating itinanim at burahin ang ating isinulat kung nais natin at magsisikap na itama ang ating landas at pagbutihin ang kalidad ng ating ani.

Kung aalisin natin ang mga buto ng mga kilos na may masasakit na bunga at magtatanim sa kanilang lugar ng mga butong mas angkop sa kalikasan ng kaluluwa, tiyak na aanihin natin ang mga bunga ng kaligayahan mula sa mabubuting butong nahasik sa lupa ng kaluluwa. Dapat

nating gamitin ang malayang pagpapasya ngayon, ngayon at hindi bukas, kung nais nating makamit ang higit na .kaligayahan o mabawasan ang pagdurusa at sakit

Samakatuwid, ang mga kondisyon para sa kaligayahan ay nasa loob ng tao, at ang kailangan lang niyang gawin ay

seryosong harapin ang ekwasyong iyon na hindi nagkakamali, at ang mga resulta ay magiging pabor sa kanya kung gagawin niya ang pinakamahusay na pagtatasa at pagharap dito. Ngunit ang taong may matibay na kalooban ay kasuwato ng Diyos

Konsentradong enerhiya ng isip

Kapag itinuon mo ang sikat ng araw. Sa pamamagitan ng pagtutuon ng magnifying lens sa isang maliit na punto, ito ay lumilikha ng init, at ang init na iyon ay maaaring magningas ng kahoy. Tela, papel, at iba pa. Gayundin, kapag itinuon mo nang mabuti ang iyong isipan. Ang konsentradong enerhiya nito ay upang sunugin ang mga kasamaan at ugat ng pagdududa, ang sanhi ng lahat ng pagkabigo, at upang pasilangin ang liwanag ng karunungan .nang may kinang at ningning

Kapag ang pag-iisip ay naaayon sa Diyos, ang pinagmumulan ng lahat ng kabutihan at ang pinagmulan ng lahat ng pinagpalang kapangyarihan, nalalaman niya ang banal na presensya at taglay ang lahat ng elemento ng tagumpay. Ang mga elementong ito ay malapit na nauugnay sa napakalaking kapangyarihan ng Diyos, na may kakayahang lumikha ng mga bagong dahilan para sa .tagumpay sa anumang larangan

Nawa'y koronahan ng Diyos ng tagumpay ang mabubuting pagsisikap at mabubuting pagsisikap Ang mga problema at kahirapan ay nagmumula sa kawalan ng kamalayan ng isang tao sa kanilang mga nakaraang kilos, na nagawa sa isang partikular na oras at lugar. Ang kanilang kasalukuyang pagdurusa ay nagmumula sa mga kaisipan at gawa na kanilang binigkas, na nag-ugat sa lupa ng kanilang kamalayan, sumibol at naging isang halaman at namumunga na sumasalamin sa mismong mga .katangian ng mga kaisipan at kilos na iyon

Kapag tiningnan mo ang araw na milyun-milyong milya
ang layo sa kalawakan, ang napakalaking bituin na iyon ay
tila mas maliit kaysa sa ating Daigdig. Gayunpaman, ang
diyametro ng Daigdig ay humigit-kumulang 7,900 milya,
habang ang diyametro ng araw ay isang daang beses na
mas malaki. Kung mailalagay mo ang ating planetang
Daigdig nang direkta sa harap ng araw, ito ay
magmumukhang isang maliit na tuldok kumpara dito. Isipin
ang malawak na kalawakan ng araw na lumalawak
hanggang sa lamunin ng napakalaking masa nito ang buong
asul na kalangitan. Ang langit na nakikita natin ay isa
lamang maliit na piraso, isang maliit na butil lamang, ng
walang katapusang espasyo na tumatagos sa sansinukob.
Kahit na magpatuloy ang araw sa paglawak nito patungo sa
kawalang-hanggan, hindi pa rin nito masasaklaw ang walang
hanggan. Ang kosmikong ilusyon ng kaliitan at hangganan
ay naglilimita sa kakayahan ng isip na maunawaan ang
kalawakan ng sansinukob, ang mga pinagmulan nito, at ang
.mga hangganan nito

Siya na hindi sakop ng mga dimensyon at sukat, na
walang hangganan at walang pinagmulan, ay ang Diyos, na
nasa lahat ng dako at umiiral sa pinakamalalayong bahagi ng
kalawakan. Siya ay nasa malalayong, liblib na mga bituin,
tulad ng Siya ay nasa loob mo at sa loob ko, at Siya ay may
malay na kamalayan sa bawat espasyong Kanyang
sinasakop Gaano man kaliit o kalaki. Mula sa aklat na "Man's
"Ultimate Goal

Mga pagsusumamo

O, Panginoon

Hawakan ang aking kamay mula sa dilim patungo sa

liwanag

O katahimikan ng kosmiko

Naririnig ko ang iyong tinig sa lagaslas ng mga sapa at

huni ng mga nightingale

Sa huni ng hangin, sa dagundong ng mga alon, at sa
kulog ng mga pagyanig

O minamahal na Panginoon
Sinasamba kita hindi sa mga salita, kundi sa pananabik
ng isang pusong nag-aalab sa pananabik para sa iyo
Hayaan mong makita ko ang iyong malawak na
kalawakan

Ang iyong patuloy na presensya sa likod ng lahat
Marahil ay mapagtatanto ko na ako ay bahagi ng iyong
hindi nagbabagong pagkatao magpakailanman
O umaapaw na karagatan

Kung maaari lamang dumaloy ang mga paikot-ikot na
ilog ng aking mga hangarin sa mga disyerto ng mga balakid
at hadlang

Sa wakas, naghalo na ang iyong pinakamalaking
kaguluhan

Tulungan mo akong makinig sa iyong tinig, Panginoon
Ang kosmikong tunog kung saan nagmumula ang
panginginig ng sansinukob

Hayaan mong madama ko ang iyong presensya sa
pamamagitan ng pinagpalang tunog (Om - Amen)
himig Banal para sa lahat ng pinagpalang tinig
Palawakin ang aking kamalayan habang nakikinig ako sa
simponya ng pag-iral

Hayaan mong maramdaman ko ang kosmikong
karagatan

At ang mga galaw ng katawan na sumasayaw sa
kanyang dibdib
Hayaang umalingawngaw sa akin ang pinakabanal na
tinig

Pagpapalawak ng aking kamalayan mula sa katawan
hanggang sa sansinukob

Nawa'y maramdaman ko ang walang hanggang,
sumasaklaw na kaligayahan

Sumasabog mula sa isang dagat ng umaapaw na
liwanag

O walang hanggang kapangyarihan

O walang hanggang karunungan

Punuin ang aking kaluluwa ng iyong espirituwal na
bibrasyon

O tinig ng pinagpalang kosmikong salita

Itama ang aking mga pagkakamali

Kailangan ko

Hawakan ang aking kamay mula sa dilim patungo sa
liwanag

Tuwing naiisip Kita, O Panginoon, isang baha ng nag-
aalab na pananabik ang namumukadkad sa loob ko,
niyayanig ang aking damdamin at dumadaloy mula sa aking
puso patungo sa bawat selula ng aking katawan, pinupuno
.ito ng banal na pag-ibig

Ang pinakadakilang hangarin ko ay maabot ang
kaibuturan ng iyong pagkatao at magsaya sa iyong
presensya

At biglang bumukas ang pinto ng kaluluwa, at ako'y
labis na nabighani sa tuwa nang makita ang iyong
!nagniningning na liwanag

Ang nakaraan ay hindi alam ng karamihan sa
sangkatauhan, maliban sa ilang piling naliwanagang
indibidwal. Gayunpaman, ang ating kamangmangan sa
nakaraan ay para rin sa ating kapakinabangan. Sapagkat
kung alam natin ang lahat ng ating nagawa sa buhay na ito
at sa mga nakaraang buhay, tayo ay mabibighani sa dami ng
ating mga kilos at lubos na malilito. Sa katunayan, ang ating
kalooban ay maaaring maparalisa ng pagkabigla, na
magiging dahilan upang hindi natin maipagpatuloy ang ating
mga hangarin at iwan tayong biktima ng kawalan ng pag-
asa. Kahit sa buhay na ito sa lupa, ang pagkalimot ay isang
biyaya mula sa Diyos, na pumipigil sa mga alaala ng

nakaraan, lalo na ang mga mapait at masasakit na alaala, na
.manaig sa ating mga iniisip at damdamin
Ngunit mabuti na lang at ang banal na kislap sa loob
natin ay laging nagniningning kasama ng pag-asa at
pagnanais na ipagpatuloy ang walang katapusang
paglalakbay sa buhay. Dapat nating pasalamatan ang Diyos
para sa dalawang biyayang ito: paglimot sa nakaraan at pag-
.asa sa hinaharap

Hindi natin dapat isipin na ang tadhana ay naglalagay
ng mga balakid sa daan ng malayang pagpapasya.
Gayunpaman, dapat nating gawin ang ating makakaya
upang labanan ang mga negatibong impluwensya na
iniuugnay ng karamihan sa tadhana at kapalaran, at gamitin
ang ating kalayaan sa pagpili ayon sa ating panloob na
paniniwala, sa kondisyon na ang mga paniniwalang ito ay
batay sa matibay na pananampalataya at nakabatay sa mga
banal na batas, na kung wala ito ay hindi matitikman ng
.isang tao ang tunay na kaligayahan

Kapag sinisimulan natin ang isang gawain, hindi tayo
dapat matakot sa mga hindi kanais-nais na pangyayari,
bagkus ay maging optimistiko sa sukdulan, nang may lubos
na pananampalataya na walang makakahadlang sa
.paggamit ng ating kalooban at kalayaan sa pagpili
Kung mabigo tayong makamit ang ating layunin,
katanggap-tanggap na hindi direktang kilalanin na may mga
balakid na tayo mismo ang gumawa na pumigil sa atin na
maabot ito. Dapat tayong magtiyaga at doblehin ang ating
mga pagsisikap upang makamit ang ating layunin. Dapat din
nating tiyakin sa ating sarili na gaano man kalakas at kakila-
kilabot ang mga balakid at hamon, mayroon pa rin tayong
sapat na lakas upang alisin ang mga ito at malampasan ang
mga ito. Kahit na mabigo tayo sa kabila ng lahat ng ating
mga pagtatangka, hindi natin kailangang mawalan ng pag-
asa at pagkabigo, hangga't nauunawaan natin na ang
kalooban ng tao ay mas malakas kaysa sa tadhana, na tayo

mismo ang gumawa. Samakatuwid, hindi tayo dapat tumigil sa pagsubok, gaano man karaming beses tayong mabigo, dahil laging may mga bukas na pinto. Kailangan lang nating patuloy na magsikap at ulit-ulitin ang pagtatangka hanggang sa ipagkaloob sa atin ang tagumpay. Tutulungan tayo ng Diyos hangga't umaasa tayo sa Kanya at magsisikap. Ang sinumang lumalakad sa landas ay makakarating sa kanyang patutunguhan, at ang sinumang nagtitiwala sa Diyos ay .hindi mabibigo

Kapag ang isang tao ay nagnanais ng isang bagay, at ang pagnanais na iyon ay malakas at apurahan, ang pagnanais na iyon ay hindi kailanman nawawala sa kanilang kamalayan, saanman sila magpunta at saanman sila lumingon, at anuman ang kanilang mga pinagkakaabalahan at alalahanin. Sa pamamagitan ng palagian at patuloy na aktibidad nito, ang pagnanais na iyon ay nagtataglay ng napakalaking determinasyon at enerhiya. Ang intelektuwal na bulong na ito ay mas malakas at mas mabisa kaysa sa mekanikal na pagsusumamo, na hindi hihigit sa paggalaw ng mga labi. Ito ang ginagawa ng mga umiibig sa Diyos; ibinubulong nila ang kanilang pagmamahal sa Diyos nang walang tigil, at ang kanilang mga bulong ay taos-puso at hindi naririnig, sa lahat ng kanilang pang-araw-araw na gawain. Ang taos-pusong bulong na ito ay hindi nakakagambala sa kanila, ni hindi ito sumasalungat sa kanilang iba pang mga tungkulin. Habang lumalaki ang kanilang pagnanais para sa Diyos, ang kanilang pagmamahal sa Kanya ay lumalakas at lumalalim, hanggang sa mahawakan nila ang Kanyang presensya at makita ang Kanyang liwanag gamit ang mata ng kaluluwa, nalalapas ang labis na kagalakan at nakakaramdam ng kapayapaang .hindi mailalarawan

Nagpapadala ang Diyos ng mga aral na kailangan natin sa buhay upang makinabang tayo sa mga ito at magkaroon ng pag-unawa at karanasan. Sinumang umiwas sa mga aral

na iyon ay mapipilitang matutunan ang mga ito gaano man
.katagal

Ang bawat pagsubok ay isang kaibigan kung tayo ay
natututo mula rito, at isang malupit na diktador kung ating
sasayangin ang pagkakataon at aabusuhin ito sa
pamamagitan ng pagrereklamo, hinanakit, at maling
.pagpapasya

Kapag taglay natin ang matibay na pang-unawa at
tamang pananaw sa buhay, ito ay nagiging maganda. At
walang komplikasyon

mga kasong sikolohikal

Ang isang tao ay hindi maaaring manatiling habang-
buhay na dinadala sa alon ng kagalakan, o lumulubog sa
ilalim ng magulong tubig ng kalungkutan, o nalulunod sa
kaibuturan ng pagkabagot. Sa mundong ito na kinakikitaan
ng magkasalungat na mga dualidad, Ang karaniwang tao ay
dumaranas ng mga pagtaas at pagbaba. Siya ay
bumabangon sa alon ng kagalakan at lumulubog sa
kaibuturan ng kawalang-bahala, at hinahampas ng
nagngangalit na mga alon ng kalungkutan. At bihira siyang
makaalam ng ibang estado ng kamalayan. Hinahayaan ang
mga pangyayari na maghalo-halo ang pag-iisip sa ganitong
paraan. Nangangahulugan ito ng pagsuko ng kagustuhan ng
isang tao sa isang pabago-bago at pabagu-bagong
.kapalaran

Ang kailangan ng isang tao upang mabuhay nang
matagumpay at kasiya-siya ay balanseng pangkaisipan
Makakamit lamang ito sa pamamagitan ng pagtutuong isip,
.pagkontrol sa mga kakayahang sikolohikal

Kahit ang pinakamatinding kalungkutan ay naghihilom
sa paglipas ng panahon, kaya walang saysay na alalahanin
pa ang kalungkutan sa bawat araw ng ating buhay. Ang
matagalang pagdadalamhati para sa isang yumaong mahal
sa buhay ay hindi nakakatulong sa kanya o sa atin, at wala
itong binabago sa katotohanan. Pagkakaroon ng inferiority

complex o pagpaparusa sa sarili. Walang silbi ang pag-iisip
muli sa mga nakaraang pagkakamali o pagkabigo. Ginagawa
lamang nitong miserable ang buhay at pinipigilan ang mga
.kakayahang pangkaisipan

Hindi natin dapat hayaang mahulog ang ating mga sarili
sa hukay ng nakakabagot na gawain, dahil iyon ay isang
sikolohikal na kalagayan na malayo sa komportable, dahil
ikinababahala nito ang isipan at sinusunog ang mga
.nakatagong kakayahan sa pugon ng kawalang-pakialam
Ang pagkabigo ay dapat lipulin mula sa ugat nito, at ang
mga bukid ng buhay ay dapat araruhin nang may kasipagan
at determinasyon at itanim ng mga binhi ng kabutihan
.upang umani ng masaganang ani sa tulong ng Diyos

Bakal sa Jubileo ng Pilak

Minsan ay naimbitahan ako sa isang pagdiriwang ng
silver jubilee para sa isang magkasintahan na tila isa sa
pinakamasayang magkasintahan, ngunit pagpasok ko pa
lang sa kanilang tahanan ay naramdaman kong may mali.
Tinanong ko ang dalawa sa aking mga estudyante kung
paano nila tratuhin ang isa't isa sa gabi, at kalaunan ay
sinabi nila sa akin na ang mag-asawa ay nakangiti sa isa't
isa sa harap ng iba at nag-uusap gamit ang pinakamatamis
na mga salita tulad ng "Oo, mahal ko" at "Siyempre, mahal
ko," at iba pang mga palakaibigang parirala. Ngunit sa
sandaling maisip nilang sila ay nag-iisa, nagtatalo sila at
.nagbibitawan ng masasakit na salita sa isa't isa
Kinausap ko sila at sinabing: Inimbitahan ninyo akong
dumalo sa inyong salu-salo, ngunit tensiyonado ang
kapaligiran at pakiramdam ko ay maraming alitan sa bahay
na ito, at tila sa akin ay maraming bakal sa jubileong pilak
.na ito

Noong una, nasaktan sila, ngunit kalaunan ay inamin
nila na tama ako at humingi ng tawad. Nagpatuloy siya,
sinasabing: Ano ang mapapala ninyo sa palagiang pagtatalo
?at pag-aaway

Tila nagsasama kayo para mapanatili ang reputasyon
ninyo bilang isang perpektong magkasintahan, ngunit
kailangan ninyong maging ganoon sa isa't isa at mamuhay
nang mapayapa at may pagkakaisa para sa inyong sariling
.kaligayahan at kapayapaan ng isip

Magnetikong pagkain

Kapag pinag-uusapan ng mga tao ang tungkol sa
pagkain o nutrisyon, kadalasan ang tinutukoy nila ay ang
pisikal na pagkaing kinakain upang mapanatili ang katawan.
Gayunpaman, may iba pang mga uri ng sustansya na hindi
gaanong mahalaga kaysa sa pisikal na pagkain, at kadalasan
ay mas mahalaga pa, tulad ng intelektwal o espirituwal na
sustansya. Aktibidad ng pag-iisip o konsentrasyon ng isip,
.karunungan at espirituwal na pag-unawa

Ang pisikal na pagkain ay nagpapanatili sa mga selula
ng katawan, habang ang intelektwal na pagkain ay
pumupuno sa isip ng mga malusog na ideya, at ang pagkain
ng karunungan ay nagpapasigla sa kaluluwa at
.nagpapaunlad ng mga kakayahan nito

Ang pagpapakain sa intelektwal ay karaniwang binubuo
ng mga ideyang iniisip ng isang tao at ang mga natatanggap
niya mula sa iba sa pamamagitan ng pakikipag-ugnayan at
.pakikipag-ugnayan sa kanila

Ang mga taong may mahinahong ugali at marangal na
disposisyon ay nakakatulong upang gawing mapang-akit at
.malusog ang ating mga iniisip

Hindi mahirap matukoy kung ang isang tao ay
kumukuha ng kanilang intelektwal na nutrisyon mula sa
isang mapayapa o nakakagambalang kapaligiran. Ang
pagkabalisa, pagkabalisa, at kalituhan ay pawang
nagmumula sa pakikisalamuha sa maling uri ng tao, maging
kaibigan o kamag-anak. Ito ay nagdudulot ng mga balisang
kaisipan at masamang mood

Ang katawan ay kumukuha ng enerhiya at sigla mula sa
mga pisikal na pagkain, habang ang mga magnetikong

pagkain ay nagbibigay sa katawan at isipan ng mga karga ng enerhiya na mas madaling matunaw kaysa sa mga solid at likidong pagkain, na hindi madaling ma-convert sa buhay .na enerhiya

Kapag kaya mong baguhin ang kamangmangan tungo sa karunungan, ang kahinaan at kawalang-tatag tungo sa kalusugan at sigla, at lumakad nang may kumpiyansa at katapangan – kahit mag-isa – sa mga landas ng buhay, at maranasan ang panloob na kagalakan sa pagkakaroon ng isang buhay at mapagbantay na konsensya, at matibay na pananampalataya sa katarungan ng Diyos at ang tagumpay .ng tama laban sa mali at katotohanan laban sa ilusyon

At kapag sinisikap mong ilabas ang iyong mga iniisip araw-araw tungo sa mas mataas at mas pinong mga antas, at mayroon kang mapagmahal at nagpapasalamat na puso, at mabubuting intensyon sa iba, ang iyong intelektuwal na pagpapakain ay magiging magnetiko, at pagkatapos ay maaakit mo sa iyong sarili ang lahat ng maganda at kapaki-pakinabang, mula sa mga bagay, tao, at mga pangyayari, na kinakailangan upang ipagpatuloy ang paglalakbay patungo .sa mga baybayin ng seguridad at kaligtasan

Kapag nagsikap ka upang makamit ang iyong mga pangangailangan, at kuntento sa kung ano ang ibinibigay ng Diyos, ikaw ay magiging mas mayaman sa espiritu at mas kuntento kaysa sa mga taong nahuhumaling sa mga makamundong ari-arian at sakim sa mga panandaliang .kasiyahan nito

Kapag hinahanap ng isang tao ang Diyos, na siyang tanging tunay na kaibigan, higit sa lahat ng kaibigan, nagiging posible ang pagtatatag ng tunay na pagkakaibigan sa lahat ng ugnayan ng tao: pamilya, kapatid, mag-asawa, at .espirituwal

Ang pagkakaibigan ay isang mahalagang elemento sa mga relasyong pangmag-asawa, at dapat unahin ang intelektwal at emosyonal na pagiging malapit, isang

pakiramdam ng moral na atraksyon, at tunay na
.pagmamahal at pagkakaibigan

Ang mga taong hindi makilala ang pagkakaiba ng tunay
na pag-ibig at ng malibog na atraksyon ay paulit-ulit na
.nabibigo

Kapag ang kasal ay itinatag sa matataas na mithiin at
paggalang sa isa't isa, ito ay nagiging isang masaya at
matagumpay na pagsasama sa pagitan ng dalawang
mapagmahal na kaluluwa. At sila ay nagtutulungan upang
pagaanin ang mga pasanin ng buhay para sa isa't isa, at
alisin ang mga alalahanin ng pamumuhay sa pamamagitan
.ng habag at pag-unawa sa isa't isa

Walang sinuman ang makakakontrol sa akin o
makakaagaw sa aking kalooban, maliban na lang kung
hahayaan kong maimpluwensyahan ako ng mga iniisip at
.kilos ng iba

Panginoon, napagtanto kong mayroon akong walang
katapusang pagkakataon sa harap ko. Upang tuklasin ang
aking mga kakayahan at matuklasan ang aking espirituwal
na potensyal, papalitan ko ang mga materyal na kalakip ng
mas matataas na mithiin. At aking mapagtatanto na ang
tapat na espiritu ay laging kasama ko

Ngayon ay pupunuin ko ang aking mga iniisip ng
kaunting optimismo, ilalayo ko ang aking sarili sa mga hindi
kanais-nais na karanasan, at isasagawa ko ang mga bagay
na magpapalusog sa katawan, isip, at espiritu sa isang
.balanse at pare-parehong paraan

Ang sayaw ng buhay at kamatayan ay laging naroroon,
ngunit palalayain ko ang aking sarili magpakailanman sa
pamamagitan ng pangangalaga sa aking espirituwal na
pagkakakilanlan. At kapag ang mga bagyo ng mga pagsubok
at paghihirap ay humarap sa akin, maglalayag ako sakay ng
sasakyang-dagat ng aking kaluluwa. Tatawid sa dagat ng
.buhay, Patungo sa ligtas at banal na mga baybayin

Kapag ako'y gumagawa at lumilikha, maaalala ko na
ang Diyos ay gumagawa sa pamamagitan ko; Siya ang
Panginoon ng sansinukob at maaari akong kumonekta sa
kanya sa pamamagitan ng malalim na pagninilay-nilay sa
.kanya

Mahal kong Diyos, natatanto ko na ang aking mga iniisip
ay magdudulot sa akin ng pagkabigo o tagumpay, depende
sa kung aling kaisipan ang pinakamalakas sa aking buhay.
Kaya, susubukan kong alalahanin na inaabot mo ang iyong
tulong sa akin at inihahanda ako nito para sa mga dahilan ng
.tagumpay

Kapag dumarating sa akin ang mga kalamidad at
kasawian, papalakasin ko ang aking loob at palalakasin ang
aking determinasyon na malampasan ang mga ito.

Magkakaroon ako ng katapatan at sinseridad sa aking
pakikitungo at pakikipag-ugnayan sa lahat, at ilalabas ko
ang mga kaisipan ng pagmamahal at mabubuting hangarin.

Pagkatapos, tutulungan ako ng Diyos gamit ang Kanyang
.kapangyarihan at karunungan

Panginoon, gagamitin ko po ang aking lakas ng loob at
talino upang makamit muna ang maliliit na bagay, at
.pagkatapos ay tutungo sa mas malalaking bagay

Kahit na matupad ang lahat ng materyal na ambisyon,
hindi pa rin lubos na kaligayahan ang hatid nito, at ang
paghahanap sa Diyos ang tanging tunay na kaligayahan.

Matutuklasan ko ang walang-kapantay na imbakan ng
kagalakan. At hindi ito tumitigil sa pagdaloy at pag-agos, sa
.mga hardin ng kaluluwa at sa mga luntiang parang nito

Mga ginintuang kasabihan

Ang kaligayahan ay aking karapatan, aking mana, at
aking nakatagong banal na kayamanan. Gabayan mo ako, O
Panginoon, upang matagpuan ko sa aking sarili ang mga
.kayamanang higit pa sa mga pangarap ng mga hari

* * *

Ang banal na nananahan sa mga puso ay nagliliwanag
sa kanyang mga alagad - mula sa kanyang awa at habag -
ng mga nagniningning na lampara ng karunungan na
nagtataboy sa kadiliman ng kamangmangan

* * *

Ang buhay ay isang matalinong paggalaw na may
regular na ritmo. Hinuhubog nito ang sarili sa mga bagay na
walang buhay, o kumukuha ng buhay at gumagalaw na
anyo. Ang buhay ay sumasaklaw sa lahat ng bagay at
.tumatagos sa lahat ng bagay

* * *

O Pinakadakilang Mangingibig, Ikaw ang buhay mismo.
Ikaw ang aking layunin at aking mithiin. Gawin mo akong
isang namumulaklak na rosas sa lyong makalangit na hardin,
o isang kumikinang na butil sa kuwintas ng lyong
nagniningning na pag-ibig, o ipagkaloob mo sa akin ang
pinakadakilang karangalan: ang pinakamaliit na lugar sa
.lyong puso

* * *

Kung saan pinahahalagahan ng iba ang aking mga
pagsisikap sa paggawa ng mabuti, doon ako
.makapagbibigay ng pinakamahusay na serbisyo

* * *

Maghabi tayo ng ginintuang alpombra ng mga pangarap
gamit ang mga sinulid na malasutla ng matatamis na alaala
at pinong mga kaisipan

* * *

Ang isang walang laman na isipan [na walang positibo
at nakabubuo na mga kaisipan] ay isang pabrika para sa
problema, pagkabalisa, kawalan ng pag-asa, at kawalan ng
.pag-asa

Kung ang pangkalahatang pag-ibig ay mananahan sa
iyong puso, ito ay magdadala sa iyo ng pangmatagalan at

panibagong kaligayahan na walang ibang makapagbibigay
.sa iyo

Ang mga bulaklak ng buhay na namumukadkad sa
hardin ng buhay sa lupa ay napakaganda at nakalulugod
pagmasdan. Ngunit mas kahanga-hanga at kahanga-hanga
ang bukal ng kagandahan at karunungan na umiiral sa kung
saan, kung saan tayo nagmula at kung saan tayo babalik at
.makikisalamuha muli

Nang magising ang disipulo sa umaga, pinatotohanan
niya sa kanyang sarili: "Hindi ako ang katawan, ako ay isang
di-nakikitang espiritu... Ako ang kagalakan... Ako ang
liwanag... Ako ang karunungan... Ako ang pag-ibig. At
bagama't nananahan ako sa katawang ito, ang aking espiritu
".ay imortal at hindi naaapektuhan ng pagkabulok

Kung paanong ang mga patak ng hamog ay tumutulong
sa mga bulaklak na mamulaklak at lumago, gayundin ang
kabaitan ay nagpapalusog sa pagkakaibigan at
nagtataguyod ng paglago nito

* * *

May mga alon na lumilitaw sa ibabaw ng karagatan at
mga alon na nawawala sa kailaliman nito; sa parehong kaso,
ang mga ito ay nasa loob ng karagatan at kaisa nito.
Gayundin, ang mga taong lumulutang habang "nabubuhay"
sa ibabaw ng kosmikong karagatan o ang mga nawawala sa
loob nito sa "kamatayan" ay pantay na nasa loob ng
.karagatan ng kawalang-hanggan

* * *

Hindi malinaw na nakikita ang repleksyon ng buwan sa
magulong tubig, ngunit kapag kumalma na ang ibabaw ng
tubig, nagiging ganap na malinaw ang repleksyon nito.
Ganito rin ang totoo sa isip: kapag ito ay kalmado, makikita

mo ang mukha ng iyong kaluluwa nang may lubos na
.kalinawan at katumpakan

Ipadala Mo, O Panginoon, ang mga sinag ng araw ng
Iyong karunungan upang gabayan ako sa aking masasayang
araw ng tagumpay, at ang liwanag ng kabilugan ng buwan
ng Iyong awa kapag ako'y naglalakad sa madilim na gabi ng
.kalungkutan

Ang meditasyon ay ang paraan kung saan ka nakikipag-
ugnayan sa pangkalahatang kaisipan, at kapag nakikibagay
ka sa walang hanggang kamalayang iyon, malalaman mo
.ang lahat ng mga lihim ng paglikha

Ang pagnanais na mapalapit sa Diyos at makilala Siya
ay hindi kusang dumarating, kundi dapat linangin, at ang
.buhay ay walang halaga kung wala ang pagnanais na iyon

Ang buhay sa lupa ay isang pansamantalang hinto, at
ang pangunahing tungkulin ng sangkatauhan ay maunawaan
ang layunin at mithiin ng paglalakbay na ito. Ang layuning
iyon ay kilalanin ang Diyos, at hindi na ito maaaring maging
.iba pa

Ang iyong kapayapaan ay iyong mahalagang
kayamanan, kaya huwag mong hayaang agawin ng sinuman
.ang kayamanang iyon sa iyo

* * *

Matutong tumayo nang mag-isa, ligtas at panatag sa
kuta ng iyong mga birtud at pagpapahalaga sa sarili

* * *

Lahat ng bagay ay umiiral dahil ang Diyos ay umiiral At
dahil Siya ay umiiral, ikaw ay umiiral din Dahil sa Kanyang
pag-iral, tinatamasa mo ang mga ginhawa at kagalakan ng

buhay Kaya naman, ang iyong pasasalamat sa Diyos ay
.dapat na maging malalim

Ang magagandang libro ay maaaring maging tahimik,
magalang, at magalang na mga kaibigan. Huwag mong
iwanan ang mga librong ito sa iyong mahihirap na sandali,
dahil hindi ka nila iiwan, hindi tulad ng mga pisikal na
.kaibigan na maaaring iwan ka

Sinumang may mabuting kalusugan, komportableng
buhay, at mahusay na kakayahang pangkaisipan, ngunit
kulang sa kaligayahan, ay hindi pa nagtatagumpay sa
buhay. Kapag tunay mong masasabing, "Ako'y masaya, at
walang sinuman ang makakaagaw ng aking kaligayahan,"
.natagpuan mo na ang wangis ng Diyos sa iyong sarili

Bigyang-diin ang katahimikan at kapayapaan, at
magpadala lamang ng mapagmahal na mga kaisipan at
mabubuting intensyon kung nais mong mamuhay nang
mapayapa at may pagkakaisa. Mamuhay nang nakabatay sa
katuwiran at kabanalan, at lahat ng may kaugnayan sa iyo
sa buhay ay makikinabang sa pamamagitan lamang ng
.pagiging kasama mo

Kung wala kang mga kaibigan, o kung sinasayang lang
ng mga kaibigan mo ang oras mo, o kung hindi ka
magkasundo sa kanila, hayaan mong maging kaibigan mo
ang mga libro [at materyales] na naglalaman ng
karunungan, habang maaari kang dumaan sa mga pinto ng
kanilang mga pahina patungo sa isang mundo ng mga
.kamangha-mangha at kapana-panabik na ideya

Ang paghahanap sa Diyos ay nangangahulugan ng
pagkamit ng lahat ng ninanais ng puso, at ang pagiging

espirituwal ay nangangahulugan ng pagbubukas ng mga
.pinto tungo sa kalusugan, kaligayahan, at tagumpay

Sa loob natin ay naroon ang isang kislap ng banal na
kapangyarihan na lumilikha at nagpapanatili sa lahat ng
.buhay at naghihintay itong magningas

Ang pagbabasa ay isang kapaki-pakinabang na
aktibidad sa pag-iisip; sinasanay nito ang isip at pinapanatili
itong flexible. Ang isa o dalawang oras na pagbabasa araw-
araw ay magbibigay sa sinuman ng magkakaibang kaalaman
sa loob ng ilang taon, basta't pipili sila ng mga kapaki-
pakinabang na libro. Huwag sayangin ang oras o pinsalain
ang iyong mga kakayahang pang-isip sa pamamagitan ng
pagbabasa ng mga murang nobela o mga walang kwentang
.libro na walang layunin o kahulugan

Ang mga may hilig sa lipunan ay makakatagpo sa
mahahalagang aklat ng isang bagong enerhiya upang
matulungan ang sangkatauhan sa pamamagitan ng mga aral
na nakapaloob sa mga aklat na isinulat ng mga marangal at
.mahuhusay na kalalakihan at kababaihan

* * *

Ang pagbabasa ay isang kapaki-pakinabang na
aktibidad sa pag-iisip; sinasanay nito ang isip at pinapanatili
itong flexible. Ang isa o dalawang oras na pagbabasa araw-
araw ay magbibigay sa sinuman ng magkakaibang kaalaman
sa loob ng ilang taon, basta't pipili sila ng mga kapaki-
pakinabang na libro. Huwag sayangin ang oras o pinsalain
ang iyong mga kakayahang pang-isip sa pamamagitan ng
pagbabasa ng mga murang nobela o mga walang kwentang
.libro na walang layunin o kahulugan

* * *

Dapat alisin ang pagkamakasarili at pagmamataas dahil
ang mga ito ang pinakamalaking hadlang sa espirituwal na
kaalaman

* * *

Kung walang pakiramdam ng Diyos, ang mundong ito ay
tila puno ng tunggalian, karahasan, at mapait na pagkabigo.
.Ang kaligayahan ay nasa pakiramdam na malapit sa Diyos

* * *

Ang mga nakakakilala sa Diyos ay nagtataglay ng
patuloy na kagalakan at kaligayahan sa kanilang mga puso.
Dahil nadarama nila ang pinagpalang seguridad at
katahimikan, hindi sila kayang linlangin ng mga bagyo ng
galit, ni hindi rin sila maaaring makapasok sa kanilang mga
.puso dahil sa takot

* * *

Ang mabubuting libro ang iyong pinakamatalik na
kaibigan; sa pamamagitan ng mga ito, maririnig mo ang
mga dakilang kaisipan na mahinahong nagsasalita sa iyo,
umaaliw sa iyo, at nag-aalok ng pinakamahusay na payo.
Ang hindi paglinang ng tunay na pagnanais na magbasa ng
mabubuting libro ay nangangahulugan ng pagkawala ng
.pamana ng mga henerasyon

* * *

Kung walang tulong mula sa Diyos, tiyak na mabibigo
ang mga tao, dahil ang lakas at karunungan kailangan
upang magtagumpay sa laban ng buhay ay nagmumula sa
walang hanggang pinagmumulan. Kapag binalewala ng
isang tao ang Diyos, pinuputol nila ang linya ng buhay na
nagbibigay sa kanila ng tulong at suporta na kinakailangan
.para sa tagumpay

Ang mga naghahanap na kumakatok sa pinto ng mga
espirituwal na pagkakataon ay matutuklasan na ang pinto ay
nabubuksan para sa kanila dahil tinutulungan ng Diyos ang
.mga tumutulong sa kanilang sarili

Kapag ikaw ay kasuwato ng Diyos, ang buong kalikasan
ay kasuwato rin ng sa iyo

* * *

Ang pag-ibig ay parang papel de liha na nagpapakintab
sa isipan at nag-aalis ng kagaspangan sa pagkatao

* * *

Kapag bigla mong natagpuan ang Diyos sa lahat ng
dako, at kapag Siya ay lumapit sa iyo, nagbigay-inspirasyon
sa iyo, at gumagabay sa iyo, nagsimula na ang kwento ng
.banal na pag-ibig

* * *

Nawa'y magningning ang pagmamahal sa mga puso at
magpadala ng mga sinag ng pagpapagaling sa iba

* * *

Kilalanin ang Diyos habang ikaw ay bata at malakas,
dahil sa katandaan at karamdaman ay maaaring hindi mo na
Siya mahanap. Sa edad na nagsisimula nang maunawaan ng
mga tao ang tunay na kahulugan ng buhay, ang katawan ay
nagiging mahina, at ginugugol nila ang natitirang bahagi ng
kanilang buhay sa pag-aalaga sa kanilang marupok na
.pisikal na kakayahan sa halip na hanapin ang katotohanan

* * *

Kukunin ko ang pinakamahusay mula sa bawat tao, at
pahahalagahan ko ang magagandang katangian ng lahat ng
nasyonalidad nang hindi nakatuon sa kanilang mga
.kapintasan

* * *

Kung paano natin pinapahalagahan ang nutritional value
ng ating pang-araw-araw na pagkain, dapat din nating
bigyang-pansin ang mga sikolohikal na sustansya na
.ibinibigay natin sa ating isipan araw-araw

* * *

Ang mabubuting salita ay isang kamangha-manghang
lunas para sa maraming karamdaman, nagtataglay ng isang
malakas, halos mahiwagang, magnetikong puwersa na

nagdudulot ng masaganang mga pagpapala at kasaganaan
sa kanilang nagsasalita. Ang mga gumagamit ng
nakapapawing-pagod at malumanay na mga salita ay
nakakaramdam ng banayad na daloy ng tubig sa
pamamagitan nito nang walang pagkaantala, na napupuno
sila ng malalim na pakiramdam ng katahimikan. Ito ay dahil
ang daloy na ito ay konektado sa mas mataas na
pinagmumulan nito, isang patuloy na daloy na umaabot sa
mga kaluluwang naaayon sa pinagmumulan na iyon, na
nagbibigay-daan sa kanila na magpadala ng kaligayahan sa
.mga naghahangad ng kapayapaan

* * *

Gaano karaming mabubuting salita mula sa puso ang
nakapagpawala ng maraming kalungkutan at gaano
karaming matalinong tinig ang nagliwanag sa madilim na
mga landas gamit ang mga lampara ng kagalakan at
!katahimikan

* * *

Lumalago tayo sa bawat karanasang ating
pinagdadaanan, basta't nauunawaan natin na may
matututunan tayong mahahalagang aral mula rito. Bawat
sakit at pagdurusa na ating nararanasan ay may kahulugan
at layunin. Sa kabila ng kalupitan ng mga karanasang ito,
ang mga ito ay parang apoy na tumutunaw sa iron ore,
binabago ito tungo sa maganda, matibay, at maraming
.gamit na bakal

* * *

Ang lahat ng kahanga-hangang tagumpay sa aking
buhay ay nakamit sa pamamagitan ng kapangyarihan ng
isang isip na naaayon sa Diyos. Kapag tumatakbo ang banal
na generator, lahat ng aking ninanais ay nagkakatotoo nang
walang pagbubukod, unang nagkakahugis bilang isang di-
nakikita, mala-langit na disenyo at pagkatapos ay
nagpapakita nang may hindi mapaglabanan na puwersa sa
.katotohanan

* * *

Kapag ang isip ay bumulong sa Diyos ng isang taos-
puso at maalab na bulong mula sa kaibuturan ng isang
nananabik na kaluluwa, ang tawag ng espiritu ay hahawak
sa puso ng lahat, at ang sagot ay darating, na may dalang
matinding kagalakan. Ang intelektuwal na bulong na ito ay
nagpapaunlad ng kalooban hanggang sa magkaroon ito ng
lakas na kinakailangan upang makamit ang ninanais na
.layunin

* * *

Kapag ang isip at kalooban ng isang tao ay naaayon sa
Diyos, sila ay binibigyan ng walang hanggang
kapangyarihan, kaya ang pag-iisip lamang tungkol sa isang
bagay ay sapat na upang makamit ito, dahil ang banal na
batas ay gumagana pabor sa mga taong naaayon sa kataas-
.taasang kalooban

* * *

Anuman ang ating mga alalahanin, ang Diyos ang dapat
manguna sa ating buhay. Isa sa pinakamahalagang
elemento ng espirituwal na paglago ay ang patuloy na taos-
pusong pagbulong sa Diyos, kung saan personal mong
mararanasan ang isang kahanga-hangang positibong
.pagbabago na lubos mong hahangaan

* * *

Hindi dapat ilaan ng tao ang lahat ng kakayahang
pangkaisipan na ibinigay sa kanya ng Diyos sa paghahanap
ng mga bagay na panandalian, kung hindi ay mawawala siya
sa mga labirinto ng materyalismo at lilikha para sa kanyang
sarili ng mga paghihigpit at limitasyon na hindi niya
kailangan. Sa halip, dapat niyang gamitin ang kanyang mga
kakayahang pangkaisipan upang makamit ang mga
pangangailangan sa buhay at sikaping paunlarin ang
kanyang mga espirituwal na kakayahan upang makilala ang
.tama at mali, at ang mapaminsala at kapaki-pakinabang

* * *

Ang katotohanan ay lampas sa mga opinyon at teorya,
at marami sa mga gumagamit ng pamamaraang ito ay
nabibigatan ng kanilang sariling mga subhetibong
.konklusyon

* * *

Buksan Mo, O Panginoon, ang mga pintuan ng
katahimikan at bantayan ang santuwaryo ng aking mga
espirituwal na kaisipan mula sa mga pag-atake ng
masasamang bulong. At hayaang mamulaklak ang mga
rosas ng aking mga pananabik sa hardin ng aking puso
habang hinihintay ko ang buhang-liwayway ng Iyong
.pagdating

* * *

Ang kaalamang teoretikal ay walang kakayahang *
magtamo ng banal na kaalaman, at ipinapayong huwag
sayangin ang mahalagang oras ng isang tao sa mga
teoryang hindi maaaring ilapat sa realidad, kung hindi ay
matatagpuan niya ang kanyang sarili sa gitna ng masukal na
kagubatan ng intelektwal at hindi kayang malampasan ang
.saklaw ng mga teorya

* * *

Ang kaligayahan ay bunga ng sikolohikal na tagumpay
laban sa pabagu-bagong mga pangyayari sa buhay

* * *

Siyang kinikilala ng Diyos ay maaaring hindi kilala ng
mundo

* * *

Kung ipoprograma ng isang tao ang kanyang sarili gamit
ang kaalamang teoretikal [nang walang aktwal na
pagsubok], siya ay magiging parang isang portable
recording device na inuulit ang mga kawikaan at inuulit ang
matatayog na parirala, at ituturing siya ng iba na isang
matalinong iskolar, ngunit ang ganitong kaalaman ay hindi
pinatitibay ng direktang pagdama sa katotohanan, ni hindi
.ito natutumbasan ng espirituwal na tagumpay

* * *

Mananatili ang mga problema sa mundo, kaya saan
makakahingi ng gabay at direksyon ang isang tao? Ang mga
iniisip ng isang tao, na naimpluwensyahan ng mga gawi,
pagtatangi, pagkiling, at panatismo, ay walang silbi, at ang
mga impluwensya ng kanyang kapaligiran, pamilya, bansa, o
mundo ay hindi kayang magbigay ng tunay na gabay.

Samakatuwid, dapat bumaling ang isang tao sa Diyos at
makinig sa mahinahon at payapang tinig na nagmumula sa
kaibuturan ng kaluluwa, isang tinig na naaayon sa
.katotohanan

* * *

Buksan ang inyong mga puso sa banal na pagbubuhos
upang ito ay dumaloy sa inyo at mapuno ang inyong mga
.buhay ng mga espirituwal na pagpapala at kabutihan

* * *

Anuman ang iyong trabaho at anumang tagumpay na
iyong makakamit, laging tandaan na ang Diyos ang siyang
pinagmumulan ng lahat ng lakas na kailangan mo upang
.magtrabaho at magtagumpay

* * *

Panginoon, hayaan Mo akong maalala Ka sa kahirapan*
at kasaganaan, sa sakit at kalusugan, sa kamangmangan at
karunungan, at hayaan Mo akong makita ang Iyong
pinagpalang liwanag na nagbibigay ng kagalingan at
.paggaling sa sandaling ito

* * *

Sa pag-iisa ng aking mga iniisip, ninanais kong marinig
ang iyong pinagpalang tinig. Ilayo mo sa akin ang malupit at
makamundong mga tinig na nakatago sa mga tupi ng aking
alaala. Nais kong pakinggan ang iyong mahinahon at
malambing na tinig magpakailanman, sa katahimikan ng
.aking kaluluwa

* * *

Ang buhay ay nababalot ng kadiliman, at dapat nating
hayaang ang liwanag ng Diyos ang maging gabay natin
habang tayo ay naglalakad sa madilim nitong landas. Siya
ang kabilugan ng buwan sa mga gabi ng kamangmangan at
kadiliman, ang araw ng kaliwanagan sa mga oras ng
paggising, ang tanglaw ng patnubay, at ang North Star para
sa mga tumatawid sa mga karagatan ng makalupang,
.panandaliang pag-iral

* * *

Panahon na para gumising ang sangkatauhan mula sa
pagkakatulog ng pagkalimot tungo sa isang espirituwal na
paggising. Hinihiling namin sa Iyo, O Panginoon, na itaas ang
aming kamalayan mula sa kaibuturan ng kawalang-ingat at
makitid at limitadong pag-iisip tungo sa mga abot-tanaw ng
kapayapaan, liwanag, pag-ibig, at pangkalahatang habag ng
.tao

* * *

Sa kalaunan ay magiging mas maayos ang mga bagay-
bagay dahil ang mga kapangyarihan at kababalaghan ng
Diyos ay nakatago sa likod ng mga kontradiksyon ng buhay
ng tao, at sinumang hindi kumbinsido sa hindi maiiwasang
sitwasyon at sumusubok na tumagos gamit ang kanyang isip
at pananampalataya sa kung ano ang nasa kabila ng tabing
.ay mabubuksan ang pinto para sa kanya

* * *

Ang pananampalataya ay hindi kailanman
nangangahulugan ng pagiging pabaya o hindi pagharap
nang matalino sa mga sitwasyon. Sa halip, anuman ang
mangyari, dapat tiyakin ng isang tao sa kanyang sarili na
ang Diyos lamang ang makakasuporta sa kanya sa mahirap
at mapanuring mga sitwasyon kung siya ay lalapit sa Kanya
.nang buong puso, kaluluwa, at damdamin

* * *

Kung maihahatid lamang ng ating mga pandama ang
buong katotohanan sa atin, makikita natin ang mundo bilang

mga ilog ng mga elektron, at ang bawat butil ng alikabok
bilang isang gumugulong na masa ng liwanag. Ang mga
tumatagos sa larangan ng materyal patungo sa espirituwal
ay nauunawaan ang kalikasan ng ilusyon at nalalaman ang
.diwa ng katotohanan

* * *

Maging sa gubat ng Africa, sa larangan ng digmaan,
nagdurusa sa sakit o kahirapan, dapat kumbinsihin ang sarili
na ang kamay ng Diyos ay mas malakas kaysa sa anumang
panganib at may kakayahang protektahan ang mga taong
humihingi ng kanlungan sa Kanya. Wala nang mas mabisang
paraan ng proteksyon. Siyempre, dapat gumamit ng
pangangatwiran sa pagharap sa mga pangyayari habang
kasabay nito ay naglalagak ng buong tiwala sa banal na
.tulong

* * *

Ang pag-ibig na nananahan sa puso ng lahat ng nilalang
—ang pag-ibig ng lahat ng ina, ama, kaibigan, at mga mahal
sa buhay—ay nagmumula sa banal na pag-ibig

* * *

Dapat gumawa ng pagkakaiba sa pagitan ng mga
pangunahin at maliliit na tungkulin, na inuuna ang
pinakamahalaga kaysa sa mga mahalaga lamang. Bukod pa
rito, walang tungkulin ang dapat sumalungat sa isa pa.
Sinasabi sa atin ng mga banal na kasulatan na kapag ang
isang tungkulin ay sumasalungat sa isa pa, ito ay katibayan
.na hindi ito isang tunay na tungkulin

* * *

Habang kumakalat ang mahahalagang sinag ng araw,
ikakalat ko ang mga sinag ng pag-asa sa mga puso ng mga
mahihirap at mga pinabayaan [mga taong pinabayaan ng
lipunan], at magtatanim ako ng bagong determinasyon sa
.mga puso ng mga taong nag-iisip na sila ay mga bigo

* * *

Sinabi ng gurong si Paramahansa sa isa sa kaniyang

:mga disipulo

Huwag mong ibukod ang sinuman sa bilog ng iyong"
pag-ibig. Panatilihin ang lahat sa iyong puso at pananatilihin
".ka rin nila sa kanila

* * *

Panginoon, tulungan mo akong laging gamitin ang aking
kalooban upang maisakatuparan ang mga kapaki-
.pakinabang at mabubuting gawa

Tulungan mo akong sumunod sa Iyong kalooban upang
ang lahat ng aking mga iniisip ay tumugon sa Iyong mga
.layunin at naaayon sa Iyong kalooban

Tinulungan niya akong gisingin ang nakatago at
pinagpalang kapangyarihan sa loob ko upang malampasan
.ko ang lahat ng kahirapan at pagsubok

* * *

Gumising sa matapang at mapagpakumbabang
espirituwal na personalidad – isa na pinagsasama ang lakas
ng mga leon at kahinahunan ng mga kalapati

* * *

Hindi ko alintana ang mapait at maling kritisismo, ni ang
labis na papuri at pambobola. Ang tanging hangarin ko ay
sundin ang Iyong kalooban, O Panginoon, at makamit ang
.Iyong pabor

* * *

Hindi mo maisip ang labis na kagalakan na pupuno sa
iyo kapag naramdaman mo ang banal na presensya. Ang
iyong kaluluwa ay malalasing sa walang hanggang pag-ibig
ng Diyos. Ito ay isang pag-ibig na milyun-milyong beses na
mas dakila kaysa sa anumang pag-ibig ng tao—isang pag-
ibig na tumutupad sa lahat ng iyong mga hangarin at
.pumupuno sa iyong puso ng kagalakan at kasiyahan

* * *

Sa pamamagitan ng panloob na pokus, maaari mong
direktang maranasan ang espirituwal na kaligayahan sa loob

mo at sa paligid mo. Kung iyong linangin ang kamalayang
ito, ang iyong personalidad ay lalago nang maayos, at
magkakaroon ka ng kaakit-akit na magnetismo para sa mga
.tao at iba pang nilalang

* * *

O Dakilang Tagapagtanggol, wala akong pakialam kung
mawala ang lahat dahil sa aking kapalaran, na aking sariling
kagagawan, ngunit hinihiling ko sa iyo, aking tanging
kanlungan, na protektahan ang kandila ng aking pag-ibig
para sa iyo mula sa mga hangin ng kapabayaang at
.pagkalimot

* * *

Uminom tayo nang husto sa dalisay at nakakapreskong
tubig ng kapayapaan na dumadaloy mula sa mga bukal ng
kanais-nais na mga kalagayan, na pinatitibay ng ating
matibay na paninindigan na mag-isip nang positibo at
.magkaroon ng optimistikong pananaw

* * *

Ang konsensya ay isang intuwisyon na nagpapakita ng
tunay na kalikasan at mga motibo ng isang tao. Kapag
malinis ang iyong konsensya, at alam mong ginagawa mo
ang tama, wala kang dapat ikatakot. Ang malinis na
konsensya ay isang patunay ng mabuting pag-uugali mula
sa Diyos. Ang pagiging napawalang-sala sa hukuman ng
konsensya ay nangangahulugan ng pagkakaroon ng
.kaligayahan at pagtanggap ng mga pagpapala ng Diyos

* * *

Subukang gumawa ng mga bagay na matapang at
kasiya-siya na hindi ginagawa ng karamihan, at magbigay ng
pagmamahal at kapayapaan sa mga taong hindi napapansin
.ng iba

* * *

Sinabi ng gurong si Paramahansa sa isa sa kaniyang
:mga disipulo

Kung hindi ka maglalaan ng oras sa paglinang ng isip,"

kahit gaano karaming materyal na kasaganaan ang
makapagbibigay sa iyo ng kasiyahan. Ang paglinang na ito
ay hindi pagpapahirap kundi pagsasanay ng kamalayan
upang pangalagaan ang mga kaisipan at kilos na
".humahantong sa kaligayahan

Ang kaligayahan mo ay ang iyong tagumpay, kaya
huwag mong hayaang nakawin ito sa iyo ninuman.

Protektahan ang iyong sarili mula sa mga taong
nagtatangang mang-istorbo sa iyo. Noong bata pa ako,
nawawalan ako ng pasensya tuwing may nagkakalat ng mga
maling tsismis tungkol sa akin. Kalaunan, napagtanto ko na
mas mahalaga ang aking kapayapaan ng isip kaysa sa
.pagsang-ayon o paghanga ng mga tao

* * *

Kung alam mo lang sana ang kwento ng banal na pag-
ibig na nararanasan ng ilang deboto sa Diyos! Walang ibang
karanasan sa buhay ang maihahambing sa kagalakang iyon.

May kilala akong isang santo na patuloy na nakalubog sa
pag-ibig ng Diyos, at ang kanyang mukha ay nagniningning
ng banal na pag-ibig. Ang mata ng Diyos ay laging nasa mga
nagmamahal sa Kanya, at hindi Niya sila pinababayaan kahit
.isang sandali

* * *

Kaunti lang ang mga interesado sa pagpapaunlad ng
kanilang mga kakayahang pangkaisipan at espirituwal

* * *

Huwag mong hayaang lumubog ang iyong sarili sa ilalim
ng pagpapaliban. Bumangon mula sa pagkakatatulog ng
nakakabagot na ordinaryong realidad at humakbang
patungo sa mga abot-tanaw ng isang pinong buhay kung
.saan mayroong tagumpay, kagalakan, at kapayapaan

* * *

Sa loob mo ay naroon ang napakalaking potensyal na
naghihintay na mamuhunan, at ikaw lamang ang may
.kakayahang paganahin at makinabang mula rito

* * *

Ang paglaya mula sa mga utos ng masasamang gawi at
hindi malusog na mga pagnanasa ay nagdudulot ng higit na
kaligayahan kaysa sa materyal na tagumpay. Sa tagumpay
sa intelektwal ay nakasalalay ang sikolohikal na kagalingan
na hindi maaalis ng mga panlabas na pangyayari. Maaari
mong gugulin ang lahat ng iyong oras sa pag-iipon ng
kayamanan, ngunit ang kayamanang iyon ay hindi
magbibigay sa iyo ng pangmatagalang kapayapaan at
seguridad na iyong hinahanap. Sa kabaligtaran, magdudulot
ito sa iyo ng higit na kalungkutan dahil ang tunay na
kaligayahan at kapayapaan ay nasa isip, hindi sa mga
.materyal na ari-arian

Kapag matatag kang nakatatag sa iyong tunay na sarili,
nagagawa mo ang bawat gawain at natatamasa mo ang
.lahat ng mabubuting bagay nang may banal na kagalakan

* * *

Huwag mong hayaang ang kahinaan ay tumagos sa
iyong isipan, at maging maingat sa pakikisalamuha sa mga
taong may negatibong kaisipan at pesimistikong pananaw,
dahil baka ang kanilang mahihinang kaisipan ay tumagos sa
iyong isipan, maliban na lang kung ang iyong isipan ay
umabot na sa isang antas ng kalakasan na hindi na ito
kayang pahinain ng mga kaisipan ng iba, bagkus, sa
kabaligtaran, nagagawa nitong palakasin ang mga kaisipan
.ng iba at pahasayin ang kanilang tiwala sa sarili

* * *

Ang Diyos ang una, at hindi natin dapat simulan o
tapusin ang ating araw nang hindi Siya iniisip. Dapat nating
tandaan na kung wala ang lakas at enerhiyang natatanggap
natin mula sa Diyos, wala tayong magagawa. Kaya naman,
.ang ating pinakadakilang tungkulin ay sa Kanya

* * *

May paraan upang suriin at husgahan ang mga kaugalian at tradisyon. Sa simula, ang bawat tradisyon ay may katwiran. Kung matutuklasan natin na umiiral pa rin ang katwiran, kung gayon ang tradisyon ay may kahulugan at pakinabang. Gayunpaman, hindi matalino na sundin ang mga tradisyon nang walang taros. Dapat nating malaman ang katotohanan at sundin ito, alamin kung ano ang maaaring magdulot sa atin ng kaligayahan at pagkatapos ay .ilapat ito

* * *

Kapag nakakita ka ng napakaraming tao na kulang sa kaligayahan o tagumpay, huwag mong isipin na iyon na ang kanilang kapalaran. Maaari mong gawin ang anumang gusto mo. Ang panloob na tagumpay mo ang tunay na .nagpapatagumpay sa iyo

* * *

Kung wala kang laman sa iyong sarili, hindi ka magiging masaya. Ngunit kung wala kang laman sa paligid mo at masaya ka sa iyong sarili, walang alinlangan na ikaw ay matagumpay. Kaya, imposibleng husgahan ang mga tao .batay sa kanilang panlabas na kalagayan

* * *

Sa gitna ng napakaraming tao, maaaring may isang taong nakarating na sa isang kalagayan ng espirituwal na kataas-taasan at nagtatamasa ng panloob na kapayapaan at .sukdulang espirituwal na kaligayahan

* * *

Alam kong tiyak na lahat ng kailangan ko ay darating sa akin, kaya hindi ako nag-aalala tungkol sa kung ano ang naghihintay sa hinaharap. Hindi ito pagmamayabang o pagkukunwari, dahil naranasan ko na ang gawa at bisa ng pinagpalang kapangyarihang iyon sa aking buhay nang .maraming beses

* * *

Lumulutang man ako sa ibabaw ng buhay o nalulunod
sa kailaliman ng dagat, alam kong kasama ko ang Diyos at
Siya ay kasama ko, at walang makakasakit sa akin. Ang
kaalamang iyon ay nagbigay sa akin ng di-malarawan at
.malalim na kaligayahan

* * *

Walang duda na ang pagbili ng bago ay isang kasiya-
siyang karanasan. Ngunit pagkaraan ng ilang sandali, ang
masayang pakiramdam na iyon ay unti-unting nawawala, at
maaari mo pa ngang tuluyang mawalan ng interes dito,
makalimutan ito at maghangad ng iba. Gayunpaman, ang
singil para sa bagay na iyon ay hindi malilimutan, lalo na
!kung binili mo ito nang hulugan

* * *

Dapat kontrolin ng isang tao ang kanilang buhay at
pasimplehin ito hangga't maaari. Dapat silang mag-ipon ng
pera para sa mga pangangailangan at emergency, unahin
ang pag-iipon kaysa sa paggastos sa mga luho, at tulungan
ang iba sa abot ng kanilang makakaya. Kapag tinulungan mo
ang iba, darating ang tulong sa iyo sa iba't ibang paraan, at
.wala kang kukulangin at wala kang mawawalan

* * *

Sa kagalakan ng lahat ng puso, naririnig ko ang
alingawngaw ng Iyong kaligayahan, O Panginoon, at sa
pagkakaibigan ng lahat ng tapat, nararamdaman ko ang
Iyong pag-ibig, ako'y nagagalak at ang puso ko'y nagagalak
sa tagumpay at kasaganaan ng aking mga kaibigan, tulad ng
aking pagsasaya sa aking sariling kagalingan at
kaginhawahan. Habang nagbibigay-inspirasyon ako ng
karunungan sa iba, pinararami ko ang mga kayamanan ng
aking sariling karunungan, at sa kaligayahan ng lahat,
.natatagpuan ko ang aking sarili

* * *

Ang pinakamalaking kaaway ng kaligayahan ay ang
pangungutang ng pera para makabili ng mga luho. May mga

taong nagkakamali sa paniniwalang hindi sila magiging masaya hangga't hindi sila nakakakuha ng isang partikular na bagay. Ngunit kahit na matapos nilang makuha ang bagay na iyon, hindi nila mararanasan ang tunay na kaligayahan, sa kabila ng pansamantalang kagalakang dulot nito. Ano ang saysay ng paghabol sa ilusyon ng kaligayahang panlupa na nangangakong masisira lamang? Dapat mamuhay nang simple ang mga tao, nang hindi nangangailangan ng maraming ari-arian na nangangailangan .ng patuloy na atensyon

* * *

Ang paraiso ko ay nasa loob ko. Habang tinatamasa ko ang mga pagpapala ng Diyos, nagpapasalamat ako sa Kanya, at ang aking panloob na kagalakan ay lumalago. Kung wala ang panloob na kasiyahang iyon, maging ang mga kasiyahan at kaluguran sa mundo ay nagiging impyerno. Napagtanto ko na kung wala ang panloob na kagalakang iyon, ang pasanin ng mga responsibilidad na ipinataw sa akin ay maaaring mag-alis sa akin ng aking .kapayapaan at kaligayahan

* * *

Kung ang kayamanan ay kaakibat ng sakit at mga problema, ang mga kahihinatnan ay magiging marami. Ang kalinisan at pangangalagang pangkalusugan ay kabilang sa mga kalakasan ng Kanluran. Ang mga mapaminsalang insekto at nakamamatay na mikrobyo ay epektibong kinokontrol sa mga mauunlad na bansa, habang sagana ang mga ito sa iba. Ngunit ang pagpuksa sa mga pesteng ito ay hindi ang tugatog ng tagumpay, dahil may iba pang mga uri ng paghihirap na umiiral sa mga mauunlad na bansa, tulad ng mga mahirap bayarang bayarin at nakakasakal na krisis sa pananalapi dahil sa mga sistema ng pagbili ng hulugan—mga paghihirap na nakakagambala sa pagtulog at sumisira .sa kapayapaan ng isip

* * *

Tayo ay mahalagang bahagi ng parehong kamalayan
.kung saan nagmula ang dakilang sansinukob na ito

* * *

Nakakita ka na ba ng kawan ng mga tupa? Kapag ang
isa sa kanila ay tumalon, gagayahin ito ng iba nang walang
pag-aalinlangan. Karamihan sa mga tao ay ganoon.
Maaaring may makaisip ng ideya o magpasimula ng bagong
uso, at ang iba ay agad na sasali at gagayahin ito. Ang
ganitong pamamaraan ay nagpatuloy sa loob ng maraming
henerasyon. Bawat bansa ay may mga kaugalian at
tradisyon, at hindi natin masasabing lahat ng mga ito ay
tama o maayos. Ngunit sino ang nakakaalam? Marahil ang
ilan sa mga kaugalian at tradisyong iyon ay walang
.kabuluhan at walang saysay

* * *

Kapag humupa ang magulong bagyo ng mga kaisipan,
papasok tayo sa kaharian ng kapayapaan at mahahawakan
ang banal na presensya

* * *

Isipin ang Diyos, o ang isang magandang tanawin na
nagbibigay-inspirasyon ng kapayapaan, o ang isang masaya
at kasiya-siyang karanasan. Ang positibo at mahinahong
aktibidad sa pag-iisip ay nakapagpapalakas at
.nakakapresko

* * *

Nabubuhay tayo sa isang magulong at magulong
mundo. Maaaring iniisip mo na ang pera ay
nangangahulugang kaligayahan, ngunit kapag nakuha mo na
ito, matutuklasan mong hindi ka pa rin masaya. Maaari kang
yumaman at mawala ang iyong kalusugan (huwag nawa ng
Diyos) O maaaring mayroon kang mabuting kalusugan at
mawala ang iyong pera O maaaring mayroon kang parehong
kayamanan at kalusugan ngunit dumaranas ng maraming
problema sa iba, na nag-aalok lamang ng kabaitan na
sinasalubong lamang ng poot at sama ng loob. Kung wala

ang Diyos, walang anuman sa buhay na ito ang tunay na
.makapagbibigay-kasiyahan sa iyo

* * *

Ang mundo ay nagiging silid ng pagpapahirap para sa
mga taong nabubuhay nang walang kaalaman sa banal na
plano. Ngunit kapag tiningnan mo ang mga karanasan sa
buhay bilang iyong mga guro at natututo mula sa mga ito
ang tunay na katangian ng mundong ito at ang iyong
itinalagang papel sa kosmikong drama, ang mga karanasang
iyon ay nagiging mahalagang liwanag sa landas tungo sa
.pangmatagalang kasiyahan at kaligayahan

* * *

Doon, sa kabila ng walang-dilim na kadiliman, ang
walang tunog na katahimikan, at ang hindi nilikhang
kawalan, ay nakasalalay ang walang hanggang esensya, na
siyang pinagmulan ng pag-iral at ang pinagmumulan ng
.lahat ng kapangyarihan at nilalang, nakikita man o hindi

* * *

Hindi nilikha ng Diyos ang mundong ito para lamang sa
atin upang kumain, matulog, at mamatay, kundi upang
malaman natin ang Kanyang kalooban at maunawaan ang
layunin ng ating pag-iral. Naunawaan na ng iilang
matatalinong tao ang kahulugan ng planong kosmiko, ngunit
karamihan sa mga tao ay bulag at walang kamalayan sa
.layuning iyon

* * *

Hindi kailanman naging layunin ko ang pera sa buhay;
ang layunin ko ay paglingkuran ang aking mga kapatid sa
sangkatauhan. Kaya naman, binuksan ng Diyos ang
maraming pinto ng pagkakataon para masuportahan ko ang
.aking sarili at matupad ang aking misyon

* * *

Nilikha ng Diyos ang sansinukob na ito upang gumana
ayon sa isang nakapirmi at hindi nagbabagong batas. Kung
lalabagin natin ang alinman sa mga pangkalahatang batas

na ito, pinaparusahan natin ang ating sarili. Ang sinumang tumalon mula sa bubong ng isang mataas na gusali ay mababali ang kanyang mga buto. Samakatuwid, hindi natin maaaring balewalain ang batas ng grabidad nang hindi .nadarama ang mga kahihinatnan nito

* * *

Kapag ating malalimang sinuri ang mga kabihasnan ng mundo at ginalugad ang mga nakatagong lihim ng mga sinaunang kabihasnan, isang malawak na larawan ang lumilitaw, na may magkakaugnay na mga linya, magkakaibang mga kabanata, at mga tiyak na detalye, at ating matutuklasan na ang tao ay parehong indibidwal at .panlipunan sa kalikasan nang sabay

* * *

Kung nais ng Diyos na mamuhay lamang tayo sa materyal na kamalayan, lubos tayong masisiyahan sa mga materyal na bagay at masisiyahan sa mga makamundong .gawain

* * *

Ang mga sinag ng kadalisayan, kapayapaan, at kaligayahan na lampas sa mga pangarap ay kumukurap at sumasayaw sa ating kaibuturan

* * *

Sa bawat karanasang lumilitaw sa kalangitan ng ating buhay sa paglalakbay nating ito sa lupa, dapat nating matutunan kung paano palawakin ang ating kamalayan at kung paano maging mas maunawaan ang mga pangyayaring nakapaligid sa atin o ating pinagdadaanan, at sa gayon ay mamumuhay tayo nang may mas maayos na pagkakaisa at .mas maayos na makitungo sa mga tao at sa buhay

* * *

Karamihan sa mga tao ay ginagaya ang iba. Ang isang tao ay dapat maging orihinal at malikhain, at maging .dalubhasa sa lahat ng kanilang ginagawa

Sa Silangan, ang pangunahing pokus ay ang paglinang ng espirituwal na kaligayahan, habang ang mga materyal na aspeto ng buhay ay madalas na napapabayaang. Sa Kanluran, may ilang materyal na kaginhawahan ngunit napakakaunti ng sikolohikal na kaligayahan. Ang kailangan ay isang balanse sa pagitan ng dalawa, dahil ang pagtuon sa isang aspeto lamang ng buhay ay humahantong sa kawalan ng balanse at kawalan ng kakayahang harapin ang mga pangangailangan ng buhay nang makatwiran

* * *

Ang pinakadakilang kaligayahan - pagkatapos ng banal na kaligayahan - ay ang maging mapayapa ang isang tao sa kanyang mga malapit na kamag-anak na kanyang makakasama araw-araw sa buong taon

Maraming oras ang nasasayang ng mga tao sa pagmamadali at pagkilos nang padalos-dalos nang walang gaanong nagagawa. Kaunting pahinga lang ang kailangan para magnilay-nilay at subukang unawain ang iniaalok ng buhay

* * *

Dapat tayong magsikap na magtayo ng mga panloob na gusali ng karunungan sa mga hardin ng kapayapaan na yumayabong at nagniningning na may hindi mabilang na mga bulaklak ng kahanga-hangang espirituwal na mga birtud

* * *

Ang panloob na pagkakasundo ay isang masaganang pinagmumulan ng lakas at lumilikha ng nababagong enerhiya

* * *

Sa pagtingin sa buhay, matutuklasan ng isa na ang tagumpay ay hindi madali. Ang buhay ay kadalasang malupit at walang patawad, at kailangan nating magsumikap upang kumita ng ikabubuhay. Isipin ang pagsisikap na kinakailangan upang mapanatili ang iyong katawan at

mapanatili itong malusog at malaya sa sakit! Kahit na
magtagumpay ka rito, ang tagumpay na iyon ay
pansamantala lamang. Ang katawan—nawa'y mabuhay ka
nang matagal—ay kalaunan ay ililibing. Ang
pangangailangan ay nagdidikta ng pakikipaglaban sa
maraming puwersa, kapwa panloob at panlabas, upang
makamit ang ninanais na tagumpay. Ang mga puwersang ito
ay walang pagod na nagtatrabaho upang agawin sa iyo ang
.anumang tunay na makabuluhang mga nagawa

* * *

Sikapang manatiling kalmado sa lahat ng pagkakataon,
at hayaang mamukadkad ang binhi ng iyong kapayapaan
.nang may saya at mga ngiti ng kasiyahan

* * *

Kahit ang pinakadakilang mga banal ay hindi makakamit
ang ganap na kaligtasan maliban kung ibabahagi nila ang
kanilang tagumpay—ang kanilang mga espirituwal na
karanasan at mas mataas na kaalaman—sa iba sa
pamamagitan ng pagtulong sa kanila na maabot ang
espirituwal na pag-unawa. Kaya naman ang mga nakarating
na sa ganitong mga yugto at nakamit ang ganitong mga
kalagayan ay sabik na magbigay ng pag-unawa sa mga
nangangailangan nito. Kung nais mo ng tunay na tagumpay,
hindi lamang ang iyong sariling kaligayahan ang iyong
.matitiyak kundi pati na rin ang kaligayahan ng iba

* * *

Kahit sinong may katalinuhan ay maaaring kumita ng
pera. Ngunit kung mayroon silang pagmamahal sa kanilang
puso, hindi nila kailanman gagamitin ang perang iyon para
sa makasariling layunin; sa halip, ibabahagi nila ito sa iba.
Ang pera ay isang sumpa at isang kasawian sa kamay ng
mga makasarili at kuripot, at isang biyaya at isang regalo sa
kamay ng mga may mabubuting puso at mapagbigay na
.kaluluwa

* * *

Maaaring piliin ng isang tao na manatiling tahimik sa loob ng mahabang panahon, tumangging makipag-usap sa kanilang pamilya Bagama't maaaring makamit ng taong ito ang isang antas ng panloob na kapayapaan, ang kanilang pag-uugali ay makasarili at nakakapinsala sa kaligayahan ng kanilang pamilya. Hindi sila maituturing na tunay na matagumpay maliban kung ang kanilang mga mahal sa buhay ay makikinabang din sa kanilang mga nagawa. Gayundin, ang pagkamit ng materyal na tagumpay ay hindi lamang tungkol sa ating karapatang tamasahin ang kasaganaan lamang; kinabibilangan din ito ng ating moral na responsibilidad sa iba na tulungan silang mapabuti ang .kanilang mga kalagayan sa pananalapi at pamumuhay

* * *

Protektado ako sa likod ng aking malinis na konsensya.

Sinunog ko na ang madilim na nakaraan at ang ngayon na .lang ang inaalala ko

* * *

Ngayon ay napagtanto ko na ako ay kaisa ng liwanag ng pinakadakilang kabutihan at ako ay isang tanglaw para sa mga taong nakikipaglaban sa mga alon ng dagat ng .kalungkutan

* * *

Iba-iba ang pananaw at teorya ng mga tao tungkol sa tagumpay, depende sa kanilang mga ambisyon sa buhay. Hindi bihira na marinig ang ilang tao na inihahalintulad ang tagumpay sa pagnanakaw, na sinasabi ang mga bagay tulad ng, "Isa siyang matagumpay na magnanakaw!" Binibigyang-diin nito na ang tagumpay sa lahat ng anyo at uri nito ay kanais-nais at hinahangad. Gayunpaman, ang ating .tagumpay ay hindi dapat makapinsala sa iba Mayroon ding isa pang pamantayan para sa tagumpay: kapag nakakamit natin ang maayos at kapaki-pakinabang na mga resulta para sa ating sarili, dapat din nating isama ang

iba sa ating tagumpay at ibahagi ang mga bunga nito sa
.kanila

Ang tagumpay ay nangangahulugang kasiyahan at
kasiyahan ng isang tao sa loob ng kanilang kapaligiran. Ang
tunay na tagumpay ay bunga ng mga kilos na nakabatay sa
mga prinsipyo ng katuwiran, at saklaw nito ang kaligayahan
at kagalingan ng iba bilang mahalagang bahagi ng sariling
kaligayahan. Kung ilalapat natin ang prinsipyong ito sa ating
materyal, intelektwal, moral, at espirituwal na buhay,
magkakaroon tayo ng kumpleto at komprehensibong
.kahulugan ng tagumpay

* * *

Dito sa limitadong mundong ito, nauunawaan natin ang
haba, lapad, at densidad, ngunit may isa pang antas kung
saan walang mga dimensyon; lahat ay malinaw at malinaw—
lahat ay kamalayan at persepsyon. Ang panlasa ay
persepsyon, gayundin ang pang-amoy. Ang ating mga
damdamin, kaisipan, at katawan ay mga estado ng
kamalayan. Tulad ng ating nakikita, naririnig, naaamoy,
nalalasaan, at nahahawakan sa mga panaginip, gayundin,
sa mas mataas na antas na iyon, nararanasan natin ang
lahat ng mga sensasyong ito sa pamamagitan ng purong
.kamalayan

* * *

O Panginoon, pasayahin Mo kami sa pamamagitan ng
pagdama sa Iyong kalapitan, palayain Mo kami mula sa mga
tanikala ng mga pagnanasa, at bigyan Mo kami ng panloob
na kagalakan na hindi naaapektuhan ng mga karanasan sa
.buhay at ng mga nagbabagong pangyayari nito

* * *

Kapag ang ating mga isipan ay naaayon sa mas
matataas na pananaw, ang espirituwal na kamalayan ay
nagigising sa loob natin at nararanasan natin ang mga
kamangha-manghang kababalaghan ng banal na
.karunungan at pag-ibig

* * *

Kung lubos nating mamahalin ang Diyos at babalik sa
Kanya nang buong puso at isipan, madarama natin na
malapit tayo sa Kanya at matutuklasan natin na Siya ang
.pinakadakilang kanlungan ng seguridad sa buhay

* * *

Sa tila walang laman at malawak na kalawakan ng
kalawakan, mayroong isang kosmikong koneksyon at isang
buhay na walang hanggan na nag-uugnay sa atin sa lahat ng
mga bagay na may buhay at walang buhay sa sansinukob—
isang alon ng kataas-taasang buhay na dumadaloy sa lahat
ng nilalang. Ang kawalang-hanggan ang ating tunay na
tahanan at permanenteng tahanan, at ang ating pag-iral sa
mga katawang ito ay pansamantala lamang, tulad ng isang
maikling pahinga para sa isang karaban na naglalakbay sa
.disyerto

* * *

Kapag iniayon natin ang ating mga sarili sa mga
malikhaing puwersa ng espiritu, makakakonekta tayo sa
unibersal at walang hanggang kaisipan na may kakayahang
gumabay sa atin at lutasin ang ating mga problema, ang
malikhaing kapangyarihan ay dadaloy sa atin nang walang
patid mula sa pinakadakilang pinagmumulan ng ating
pagkatao, na magbibigay-daan sa atin upang makamit ang
malikhaing tagumpay sa anumang larangan ng ating
.aktibidad

* * *

Ang pag-ibig ay lumalago at yumayabong sa isang
kapaligirang puno ng tiwala, pagpaparaya, at paggalang sa
isa't isa

* * *

Pagpalain mo kami, O Panginoon, ng liwanag ng mga
dalisay na kaisipan at mabubuting gawi, upang kung ang
kadiliman ng masasamang gawi at lihis na mga kaisipan ay
lumapit sa amin, ito ay agad na mapawi. At tulungan mo

kaming mahalín Ka nang may napakalalim na pag-ibig na hindi kami mabibitag o mabihag ng mga materyal na ilusyon .o makamundong mga tukso ang aming mga isipan at puso

* * *

Ang mga bagay na madaling makuha ay bihirang mahalaga. Alam natin ito mula sa pag-aaral ng buhay ng mga dakilang lalaki at babae at kung paano sila naging dakila sa pamamagitan ng pagpapaunlad ng kanilang mga talento, pagtupad sa kanilang mga tungkulin, pagbuo ng kanilang mga moral na pagpapahalaga, malalim na pag-aaral, at pag-iwas sa pagkamakasarili. Ang mga resultang kanilang nakamit at ang mga tagumpay na kanilang nakamit ay hindi masukat na mas malaki kaysa sa mga pagsisikap na .kanilang ginawa

* * *

Ang tunay na kalayaan ay nakasalalay sa kalayaan sa pagpili na ginagabayan ng karunungan at sinusupportahan ng .pang-unawa, kawastuhan, at matatag na kalooban

* * *

Kapag ginising mo ang iyong kalooban, determinasyon, at malay na pag-unawa, ang mga hindi nakikitang puwersa ay pinakakawalan mula sa mas mataas na kamalayan—sa pamamagitan ng pananaw ng kaluluwa—upang tulungan ka at liwanagan ang mga landas na patungo sa sikolohikal na .ginhawa at kaligayahan, sa tulong ng Diyos

* * *

Dapat buksan ng isang tao ang mga daluyan ng kaluluwa sa pamamagitan ng sarili niyang pagsisikap. Walang sinuman ang kusang pipili ng pagdurusa at paghihirap kaysa sa kapayapaan at kaligayahan. Ang kamangmangan ang ugat ng pagdurusa at ang balakid na dapat alisin at alisin. Ang kamangmangan ay isang mapaminsalang damo, malalim ang pagkakaugat, na tumutubo sa hardin ng sangkatauhan, na sumisipsip sa mabubuti at kapaki-pakinabang na mga halaman. Ang

kamangmangan ay dapat malampasan nang may matibay
na kalooban at matatag na determinasyon. Ang lupa ng
isipan ay dapat bungkalin nang may tumpak na pokus ng
isip [sa positibo] at ang mabubuting buto ay dinidiligan ng
tubig ng pananampalataya. Kapag ang mahalaga at mainit
na sinag ng pag-ibig ay sumikat, ang binhi ng kabutihan ay
lalago at dadaig sa mga parasitikong damo at damo, dahil
ang kadiliman ay hindi maaaring umiral sa presensya ng
.liwanag

* * *

Ang mga kasiyahan ng mga materyal na bagay ay
kumukupas at nawawala, ngunit ang banal na kagalakan ay
hindi kailanman kumukupas. Ito ay isang banal na
.kaligayahan na walang hanggan at hindi mailalarawan

* * *

Hindi tayo dapat gumamit ng mga maling pamamaraan
upang makamit ang kaligayahan, ni hindi natin dapat
talikuran ang kapayapaan at espirituwal na kayamanan na
taglay natin sa paghahangad ng mapanlinlang na
kaginhawahan at isang kumikinang na buhay na maaaring
nakasabit sa atin ng mga mala-impyernong kilos at pag-
.uugali na may mapaminsalang epekto

* * *

Ang katahimikan ang pinakamahusay na kamera para
makuha ang banal na presensya. Sa pamamagitan ng lente
ng dalisay at tumpak na nakapokus na katahimikan, ang
pinagpalang imahe ay lilitaw nang may perpektong
.kalinawan

* * *

Sa katunayan, ang lahat ng karunungan ay nasa loob
mo at ang kailangan mo lang ay maging malay dito

* * *

Ang kasiyahan ay nakasalalay sa pagpapabuti ng sarili,
kung kaya't ang iba ay hahanapin ka sa halip na ikaw ang
maghanap sa kanila. Ang pagmamahal at pagkakaibigan ay

dapat ibigay nang walang inaasahan o hinihinging kapalit,
dahil ang inaasahan ay nagbubunga ng sama ng loob at
kapaitan. Kahit na nagsusumikap para sa pagpapabuti ng
sarili, ang isa ay dapat na manindigan nang mag-isa, ligtas
at payapa sa loob ng kuta ng sariling mga birtud at
.pagpapahalaga sa sarili

* * *

Nawa'y ang mga talon ng kagalakan at optimismo ay
laging dumaloy mula sa aking puso, at nawa'y ang kanilang
nakakapreskong timpla ay dumampi sa lahat ng aking
makakasalamuha

* * *

Ang espirituwal na kagalakan ay lumilikha sa kaluluwa
ng pagnanais na tumulong sa iba sa lahat ng paraan, at
nagpapaunlad ng kakayahang pahalagahan ang pinong
moral na kasiyahan na humahantong sa kaligayahan, sa
gayon ay binabawasan ang pagkahilig sa mga bastos na
.kasiyahan

* * *

Gaano man kaliit ang iyong papel, nananatili itong
kasinghalaga ng mga pinakadakilang papel sa usapin ng
pag-aambag sa tagumpay ng kosmikong dula na
.ginagampanan ng mga kaluluwa sa entablado ng buhay

* * *

Ang unibersal na kamalayan ay isang ganap, walang
katapusang kamalayan, patuloy na binabago ang sarili at
hindi mauubos sa pagkamalikhain nito, at sa pamamagitan
mo ay sinusubukan nitong ipahayag ang isang natatanging
.aspeto ng sarili nito

* * *

Kahit minsan lang matikman mo ang banal na pag-ibig,
hindi mo ito susukuan dahil wala nang katulad nito sa buong
.sansinukob

* * *

Ang mga nakakakilala sa Diyos ay umabot na sa napakataas na antas ng espirituwalidad, kung kaya't hindi sila nasisiyahan sa pagbibigay lamang ng espirituwal na payo sa mga makasalanan, kundi maaari nilang – sa pamamagitan ng biyaya at tulong ng Diyos – na bigyan sila ng espirituwal na kapangyarihan na nagpapalaya sa kanila mula sa mga bunga ng kanilang mga makasalanang gawa

* * *

Ang lahat ng mabuti at masamang kilos ay nananatili sa loob ng mga selula ng utak at nagpapakita ng sarili bilang mga mabubuti o masasamang gawi o tendensiya sa pag-iisip. Ang isang taong dumaranas ng mga hindi malusog na gawi dahil ang kanilang mga selula ng utak ay sinisingil ng kapangyarihan ng mga gawi na iyon ay maaaring palayain ang kanilang sarili sa pamamagitan ng paghahangad, pagmumuni-muni, taos-pusong panalangin, at patuloy na positibong pagpapatibay hanggang sa ang lahat ng kanilang hindi kanais-nais na mga gawi ay mabago tungo sa mga mabubuting gawi ng kapayapaan at katahimikan. Nangyayari ito kapag ang wastong nakagabay na puwersa ng buhay ay kumikilos upang baguhin ang abnormal na katangian ng mga selula ng utak, upang ang mga selulang iyon ay mapuno ng lahat ng mabuti, mabubuti, at maganda

* * *

Ang pag-unawa ay ang panloob na mata, ang paningin ng kaluluwa, at ang teleskopyo ng puso. Ito ang balanse sa pagitan ng kahinahunan ng isip at kadalisayan ng konsensya

* * *

Araw-araw ay nakakakita tayo ng iba't ibang eksena, at bawat araw ay may dala itong bagong aral na matututunan. Inaasahan na matututo ang isang tao ng aral sa pamamagitan ng pagtuon sa sukdulang layunin ng kanyang pag-iral: ang pagkilala sa pinagmumulan ng kanyang pagkatao at sa pundasyon ng kanyang buhay

Pagsikapan nating kalimutan ang mga kalungkutan ng
nakaraan at magpasiyang huwag nang alalahanin pa ang
mga ito. Taglay ang matibay na determinasyon at aktibong
kalooban, ating panibaguhin ang ating mga buhay,
pagbutihin ang ating mga tagumpay, at linangin sa ating
sarili ang mabubuting gawi at marangal na katangian
Ang Diyos ang aking kalakasan at hindi ako naniniwala
sa iba pang kalakasan

Lumaban sa mga laban sa buhay at magtiyaga
hanggang dulo, huwag sumuko. Huwag mong sabihing,
"Hindi ko mahanap ang landas, kaya titigil na ako sa
pagsubok." Humingi ng gabay kung nagkamali ka, ngunit
huwag tumigil sa pagsubok. Marami ang tumatanggap ng
pagkatalo kapag nahaharap sa mga balakid. Ang mga
nabibigo ay dapat makisama sa mga matagumpay na tao,
hindi sa mga bigo. Maging determinado na magtagumpay;
hayaan mong iyon ang maging pilosopiya mo sa buhay
Araw-araw, dapat nating palakasin ang ating pisikal na
lakas, dagdagan ang ating mental na lakas, at kilalanin ang
ating tunay na sarili sa pamamagitan ng pagmumuni-muni,
matinong pag-iisip, at positibo at produktibong gawain na
magkakasamang makikinabang sa katawan, isip, at espiritu
Kapag gusto mong magtatag ng isang mabuting ugali o
putulin ang isang masamang ugali, ituon ang pansin sa mga
selula ng utak kung saan matatagpuan ang mga mekanismo
ng iba't ibang gawi. Upang magtatag ng isang mabuting
ugali, umupo muna nang tahimik at magnilay-nilay, humingi
ng banal na patnubay
Ituon ang iyong isip sa sentro ng lakas ng loob sa iyong
noo, sa pagitan ng iyong mga kilay, at matatag na
pagtibayin ang ugali na gusto mong ikintal sa iyong utak.
Kapag gusto mong alisin ang masasamang gawi, ituon din
ang iyong atensyon sa sentro ng lakas ng loob at matatag na
pagtibayin na ang lahat ng mga ugat kung saan nakaugat
ang mga gawi na iyon ay nabubura na

Sa pamamagitan ng pokus at lakas ng loob, mabubura
mo kahit ang malalalim na gusot ng nakaugat na mga
.lumang gawi

Paulit-ulit na pagtibayin sa iyong sarili na mayroon kang
lakas ng loob na alisin ang mga hindi malusog na gawi sa
iyong utak. Ang pinakamagandang oras para sa
pagpapatibay na ito ay maagang umaga kapag ang iyong
lakas ng loob at pokus ay nasa kanilang tugatog. Patuloy na
pagtibayin sa iyong sarili na malaya ka na sa lahat ng utos,
at balang araw ay matutuklasan mo—sa tulong ng Diyos—na
tunay mo nang napalaya ang iyong sarili mula sa bisyo na
.nais mong itigil

Anuman ang iyong kinatatakutan, alisin mo ito sa iyong
mga iniisip at ipaubaya ito sa Diyos. Palakasin ang iyong
pananampalataya sa Diyos at magtiwala na kaya ka Niyang
tulungan, at alamin na ang maraming pagdurusa ay
.nagmumula sa pag-aalala at pagkabalisa

Bakit ka pa magdurusa ngayon kung ang bagay na
iyong kinatatakutan ay hindi pa nangyayari? Dahil
karamihan sa ating mga kaguluhan ay nagmumula sa takot,
kung aalisin natin ang takot sa ating buhay, makakaramdam
.tayo ng kalayaan at ang paggaling ay agad na magaganap

Tuwing gabi, bago ka matulog, tiyakin sa iyong sarili na
ang Diyos ay kasama mo, pinoprotektahan at binabantayan
ka. Isipin ang Kanyang nagpoprotektang liwanag na
nakapalibot sa iyo mula sa lahat ng panig, at
mararamdaman mo ang Kanyang kamangha-manghang
.proteksyon

Sa kosmikong dulang ito, ginagampanan ng mga tao ng
.lahat ng lahi ang drama ng buhay sa entablado ng panahon
Dapat nating maunawaan ang kahulugan ng buhay
nang hindi labis na nagiging abala o labis na nakatuon sa

ating mga pansamantalang tungkulin. Ang ating pag-unawa sa buhay ay kadalasang napipilipit at naliligaw dahil tinitingnan natin ito sa pamamagitan ng mga mata ng pagkamakasariili at limitadong pananaw; kung titingnan natin gamit ang mga mata ng espiritu, makikita natin ang mga bagay-bagay mula sa isang ganap na kakaibang .pananaw

Kapag binuksan natin ang mata ng karunungan, nakikita natin ang sumasaklaw sa lahat ng liwanag ng Diyos, at sa liwanag na iyon ay nakikita natin ang ating espirituwal na kalikasan, na isang repleksyon ng kalikasan ng pangkalahatang kamalayan na tumatagos sa lahat ng mga .partikulo at bahagi ng sansinukob

Ang mga espirituwal na katotohanan ay nakapalibot sa atin, kumakatok sa mga pinto ng ating nakapikit na mga mata, hinihimok tayong makita ang liwanag sa halip na kadiliman, kumilos nang may karunungan sa halip na kamangmangan, punuin ang ating mga puso ng pagmamahal sa halip na poot, at makipagtulungan sa pagtatatag ng kapayapaan at pagdadala ng kasaganaan at seguridad sa ating mundo. Kapag ginawa natin ito, ang kamangmangan ay maglalaho, ang mga pagkakaiba sa mundo ay maglalaho, makakakita tayo ng pagkakaisa sa pagkakaiba-iba, at tayo ay magiging mas naaayon sa banal .na kalooban

Ang ating relasyon sa Diyos ay hindi isang malamig o walang pagmamahal, tulad ng sa pagitan ng isang amo at isang empleyado. Tayo ay Kanyang mga anak, at ang Kanyang pangangalaga sa atin ay palagi; Nakikinig Siya sa atin palagi. Tayo ay mahalagang bahagi ng Kanyang pagkatao, at ang ating relasyon sa Kanya ay buhay at masigla. Pinagkalooban Niya tayo ng hindi mauubos na kayamanan ng pagmamahal, pang-unawa, pananaw, mabuting kalooban, at espirituwal na lakas, ngunit .karamihan sa atin ay nilustay ang kayamananang ito sa wala

Nais ng Diyos na mamuhay tayo nang may seguridad,
kapayapaan, at palakaibigang pagtutulungan, gaya ng
nararapat sa mga miyembro ng isang marangal at
mapagmahal na pamilya, ngunit ang kasakiman at
makasariling mga kalkulasyon ay umusbong at nag-ugat sa
kaluluwa ng mga tao at nagdulot ng pagkakawatak-watak sa
.pamilya

Nais ng Diyos na tayo ay maging mga panginoon, ngunit
pinili nating maging mga alipin. Ang sangkatauhan ay
naligaw nang malayo mula sa kanyang makalangit na
tahanan at nawala ang panloob na paraiso ng pakiramdam
na malapit sa Diyos at ang Diyos na malapit sa atin, at hindi
nito mababawi ang paraisong iyon nang walang personal na
pagsisikap na nilikha tayo ng Diyos ayon sa Kanyang wangis,
.ngunit ang katotohanang ito ay nalimutan na natin

Sumuko na tayo sa ilusyon na ang ating kapalaran ay
kahirapan at ang ating kapalaran ay pagkalipol, at kailangan
nating punitin ang tabing ng ilusyon gamit ang punyal ng
karunungan upang makita ang maliwanag na katotohanan
.sa likod ng tabing

Biniyayaan ako ng Diyos ng kaligayahan sa
mahahabang taon ng aking buhay. Nakikita man ng mga tao
ang ngiti ng kasiyahan sa aking mukha o hindi, ang banal na
kagalakan ay laging kasama ko at hindi ako iniiwan. Ang
dakilang ilog ng kaligayahan ay patuloy na dumadaloy sa
ilalim ng buhanginan ng aking kamalayan at bumubulwak
bilang mga pinagpalang bukal na nagdidilig sa mga hardin
.ng aking buhay

Hindi kayang guluhin ng mga biglaang pagbabago sa
buhay ang aking kapayapaan, ni hindi kayang alisin ng multo
ng kamatayan ang espirituwal na kaligayahang aking
.nararamdaman

Mahirap gawing permanente at hindi mababago ang
kalagayang iyon, ngunit ang mga bunga ng espiritu na

ngayon ay tinatamasa ko at ibinabahagi ko sa iba ay sulit sa
.lahat ng pagsisikap na ibinuhos ko rito
Ako'y nag-iisip at kumikilos na ginagabayan ng banal na
espiritu. Ang pera ay hindi kailanman naging layunin ko sa
buhay, bagkus ay ang paglilingkod sa aking mga kapatid sa
sangkatauhan. Kaya naman, binuksan ng Diyos ang
maraming pinto ng kabutihan para sa akin upang
matustusan ang aking sarili at matupad ang aking misyon.
At sa tuwing kailangan ko ng tulong, agad itong ibinibigay ng
.Diyos

Ang tanging hangarin ko ay paglingkuran ka, at kaya
ako narito
Ang kapangyarihan ng Diyos ay gumagana rin sa inyong
buhay. Mararanasan ninyo mismo ang katotohanang ito
kapag lumakas ang inyong pananampalataya at napagtanto
ninyo na ang tunay na kayamanan ay hindi nagmumula sa
.materia na tagumpay kundi sa Makapangyarihan
Bawat sandaling ginugugol mo kasama ang Diyos ay
para sa iyong lubos na kapakinabangan, at lahat ng iyong
nagawa dahil sa pagmamahal at para mapalugdan ang Diyos
.ay isusulat para sa iyo sa talaan ng kawalang-hanggan
Magpahinga sa pag-iisa ng iyong malalim na pag-iisip at
tamasahin ang kapayapaang dumadaloy mula sa bukal ng
katahimikan

Kung maghahasik tayo ng mabubuting gawa, aani tayo
ng kagalakan at mga pagpapala, at kung maghahasik tayo
ng masasamang gawa, aani tayo ng iba't ibang uri at antas
.ng krisis at problema

Ang bawat mabuting gawa ay parang piko na ating
hinuhukay sa lupa ng kamalayan upang matuklasan ang
.bukal ng banal na kagalakan

Matutong sumisid sa dagat ng pagmumuni-muni at
paggalugad, maging ito man ay may kaugnayan sa
magagandang libro, paniniwala, problema, pilosopiya, o
panloob na kagalakan, kinikilala na ang ordinaryong

[mapagnilay-nilay] na pag-iisa ang kapalit ng tunay na
.kaligayahan

Bagama't ang buhay ay tila hindi mahuhulaan, pabago-
bago, at mahiwaga, puno ng mga pagdududa at lahat ng uri
ng problema at kaguluhan, nananatili tayo sa ilalim ng
patuloy na proteksyon ng Diyos. Hindi natin dapat palakihin
ang mga bagay-bagay o mawala ang ating kahinahunan sa
harap ng mga pangyayari, dahil kung hahayaan nating
madaig tayo ng takot, binibigyan natin ng kapangyarihan
ang kasamaan at pinalalalim ang mga ugat nito, na lumalaki
.at umuunlad sa lupa ng takot at pagkabalisa

Tanungin ang iyong sarili gabi-gabi: Gaano karaming
oras ang ginugol mo kasama ang Diyos, gaano karami ang
iyong pinagnilayan, gaano karami ang iyong nagawa, gaano
karami ang iyong nagawa para sa iba, at gaano mo
?nakontrol ang iyong mga pagnanasa

Hindi natin dapat asahan na makakatagpo tayo ng
pangmatagalang kaligayahan at kapayapaan sa mga
pagsubok sa buhay; sa halip, dapat nating hanapin at
tuklasin ang mga ito sa ating sarili. Kung gayon, anuman ang
ating mga karanasan, haharapin natin ang mga ito sa
parehong paraan ng panonood natin ng mga karanasan ng
.iba sa isang pelikula, masaya man o masakit

Maaaring gawing masasakit at miserableng pagsubok
ng isang tao ang lahat ng kanilang mga karanasan kung
hahayaan nilang gawin ito ng kanilang isipan. Maaaring
magtamasa sila ng mabuting kalusugan ngunit hindi nila
pinahahalagahan ang halaga nito. Ngunit kung sila ay
magkasakit, magpapakumbaba sila at pahahalagahan ang
biyaya ng kagalingan. Dapat nating kilalanin ang biyaya ng
Diyos at pasalamat Siya sa mga biyayang ipinagkakaloob
Niya sa atin nang hindi na hinihintay pa ang mga hindi
magandang pangyayari upang tayo ay magpasalamat at
.kilalanin ang Kanyang biyaya

Ang buhay ay dapat na isang timpla ng pagninilay at pagkilos. Kapag ang isang tao ay nawalan ng kanilang sikolohikal na balanse, sila ay nagiging mahina sa pagdagsa ng mga alalahanin, mga ulap ng kalungkutan, at mga kirot ng sakit. At kung susubukan nilang labagin ang mga batas ng kalusugan, kasaganaan, at karunungan, sila ay tiyak na .magdurusa sa sakit, kahirapan, at kamangmangan
Dapat nating panatilihing dalisay ang ating mga intensyon, malinis ang ating mga motibo, at kumilos sa paraang magdudulot sa atin ng kapayapaan ng isip, at huwag hayaang ang mga pangyayari sa buhay ay makagambala sa ating kapayapaan at makasira sa ating .kaligayahan

Ang mga pusong malungkot at mga wasak na kaisipan ay umaakit sa akin, gaano man sila kalayo
Palawakin ang mga hangganan ng iyong nagniningning na kaharian ng pag-ibig upang unti-unting maisama ang iyong pamilya, ang iyong mga kapitbahay, ang iyong komunidad, ang iyong bansa, at lahat ng may kamalayang .mga bansa at nilalang

Dapat din nating palakasin ang ating talino at tanggihan ang pasanin ng kahinaang intelektwal at moral na minana mula sa maraming taon at henerasyon. Ang mga karumihang ito ay dapat sunugin sa apoy ng panibagong determinasyon at produktibong pagkilos. Sa pamamagitan ng nakabubuo na pamamaraang ito, ang tunay na nakatuong indibidwal ay maaaring maabot ang abot-tanaw .ng kalayaan at kalayaan

Paganahin ang walang hanggang kapangyarihan sa loob mo upang magampanan mo ang iyong prestihiyosong papel sa entablado ng buhay

Sa sandaling magsimulang sumamba ang isang tao sa mga ari-arian, pera, katanyagan, o anumang bagay bukod sa

Diyos, ang kalungkutan ang kanilang mararanasan. Ang mga taong nakatuon ang lahat ng kanilang atensyon sa mga bagay na ito ay sa katotohanan ay sumasamba sa mga ito, at samakatuwid ay hindi sila lumalapit sa Diyos kundi sa halip ay lumalayo sa Kanya. Ngunit ang mga nagninilay-nilay sa Diyos, nagmumuni-muni sa Kanya, at nakikipag-ugnayan sa Kanya sa kanilang mga puso ay lumalapit sa Kanya at nakakaranas ng panloob na kagalakan sa kanilang tahimik .na pakikipag-ugnayan sa Kanya

Ang Diyos lamang ang may kakayahang tuparin ang mga pangarap at pag-asa ng tao para sa pangmatagalang kaligayahan. Kaya naman, walang dapat hayaang pumalit sa .lugar ng Diyos sa puso

May mga sagradong simbolo na maaaring makatulong sa naghahanap na maalala ang Diyos at mapalapit sa Kanya.

Gayunpaman, kung ang isang tao ay magsisimulang sumamba sa mga simbolong ito, ang kanilang pinsala ay mas malaki kaysa sa kanilang benepisyo. Ang pagsamba ay dapat na idirekta lamang sa Diyos, dahil wala nang iba pang .karapat-dapat sambahin

Anuman ang uri ng ritwalistikong pagsamba, ito ay katanggap-tanggap sa Diyos hangga't isinasagawa ito ng sumasamba nang may espirituwal na kamalayan at pananabik sa Kanya. Gayunpaman, maraming tao ang hindi nakakaunawa sa diwa ng pagsamba, at ang kanilang mga iniisip at puso ay nalilihis mula sa Diyos patungo sa mga ritwal, kaya hindi gaanong nakikinabang sa kanilang .pagsamba

Hindi hinahayaan ng mga tunay na mananamba na ang kanilang kamalayan ay makulong sa anumang imahen o anyo, kundi nakatuon sila nang may pinakamalalim na pagmamahal at buong atensyon sa banal na espiritu sa likod .ng lahat ng imahen at anyo

Ang Diyos ay ganap at walang hanggan, at walang imahe o estatwa ang makapagpapatibay sa Kanya

Masasabing ang Diyos ay nagpapakita ng kanyang sarili sa bawat taong taos-pusong nagmamahal sa Kanya at nakikiisa sa Kanya, dahil Siya ay naroroon sa lahat ng dako at samakatuwid ay naroroon sa lahat. Gayunpaman, hindi lahat ay may kakayahang magpakita ng banal na presensya.

Ang araw ay pantay na sumisikat sa parehong karbon at diyamante, ngunit ang diyamante ay tumatanggap at ...sumasalamain sa sikat ng araw, habang ang karbon ay hindi Gayundin, lahat ng tao ay nalubog sa liwanag ng Diyos, ngunit iilan lamang ang nakakatanggap ng liwanag na iyon at naipapakita ito sa kanilang mga iniisip at kilos. Upang magawa ito, dapat nilang linisin ang kanilang mga sarili sa pamamagitan ng pagmumuni-muni at pagsunod sa mga .banal na turo at utos

Kapag binibigkas natin ang pangalan ng Diyos, dapat tayong maging malalim at taos-puso sa ating sinasabi. Kung makikita mo ang iniisip ng mga tao habang nananalangin, makikita mo na karamihan ay iniisip ang lahat maliban sa Diyos, kahit na binibigkas nila ang Kanyang pangalan! Ang .ganitong panalangin ay walang bunga at walang saysay

Kapag tayo ay nananalangin, dapat nating sikaping ituon ang ating buong isipan sa Diyos, sa halip na paulit-ulit lamang ang Kanyang banal na pangalan habang hinahayaang gumala ang ating mga iniisip. Isa sa aking mga tiyahin ay madalas na binibigkas ang kanyang mga panalangin sa mga prayer beads, na bihirang matanggal sa kanyang kamay. Ngunit isang araw ay inamin niya sa akin na sa kabila ng pagsasagawa ng ganitong gawi sa panalangin sa loob ng apatnapung taon, hindi sinagot ng Diyos ang kanyang mga panalangin. Hindi nakakapagtaka! Ang kanyang mga "panalangin" ay wala kundi isang ugali ng .nerbiyos

Kapag tayo ay nananalangin, wala tayong dapat isipin kundi ang Diyos. Dapat nating sikaping maging taos-puso sa ating pagsamba at maging deboto sa ating mga

pagsusumamo. Ang paggamit ng mga prayer beads at patuloy na pagtawag sa pangalan ng Diyos ay lubos na katanggap-tanggap kapag ang gawain ay nagmumula sa puso at sinusupportahan ng katapatan at nakatutok na pag-iisip. Gayunpaman, ang gawaing ito ay maaaring maging .awtomatiko sa paglipas ng panahon

Dapat nating ibulong ang pangalan ng Diyos sa ating mga puso, nang may pananabik at banal na pag-ibig; ito ang tunay na pagsamba na umaantig sa puso ng Diyos. Ang pagbigkas ng pangalan ng Diyos nang may lamig at paggalagala ay kalapastanganan at kawalang-galang. Kapag ang isang tao ay nananalangin, ang puso at isipan ay dapat .mapuno ng pag-ibig ng Diyos

O Panginoon, Ikaw ang banal na Bituin sa Hilaga na siyang gumagabay sa aking mga pagala-gala sa magulong .dagat ng mga pagsubok at paghihirap

Ang pagsasanay sa konsentrasyon ng isip sa pamamagitan ng mas mataas na ehersisyo sa yoga ay nakakatulong upang mapalapit sa Diyos, ang sukdulang pinagmumulan ng kaluwalhatian at karilagan, tulad ng pagtulong nito na mag-isip tungkol sa Diyos at makipag- .ugnayan sa Kanya

Mahalagang maglaan ng isang araw sa isang linggo para sa espirituwal na pagreretiro (kung maaari) para sa pagmumuni-muni sa Diyos at upang maranasan ang katahimikan, kapayapaan, at panloob na kapayapaan. Ang oras na ginugol sa ganitong paraan ay magiging isang nakapapawi na balsamo para sa mga problema at pagkabalisa na iyong kinakaharap sa natitirang bahagi ng .linggo

Kailangang gumugol ang bawat isa ng isang araw bawat linggo sa pag-iisa o isang "espirituwal na pag-urong" upang pagalingin ang kanilang mga emosyonal na sugat at kirot. Kapag ang araw na iyon ay naging araw ng kapayapaan,

kagalakan, at kasiyahan, sabik mo itong hihintayin linggo-
.linggo

Ang pag-iisa ang halaga ng kadakilaan. Magugulat ka sa
mga kahanga-hangang resulta na makakamit para sa iyong
isip, katawan, at kaluluwa sa pamamagitan ng espirituwal na
pag-urong na ito at koneksyon sa iyong espiritu at sa Diyos.
Kung hinahangad mo ang tunay na kaligayahan, dapat mong
ilubog ang iyong sarili sa karagatan ng banal na kapayapaan
.sa madaling araw pagkagising, at bago rin matulog sa gabi

Ang mga pantas ng India ay hindi lamang nagpapayo ng
isang araw ng pag-iisa, kundi binibigyang-diin din ang
pangangailangan para sa tahimik na pagmumuni-muni sa
apat na partikular na oras bawat araw. Sa madaling araw,
bago bumangon at makipagkita sa kahit sino, dapat
tamasahin ang katahimikan at kapayapaan. Sa tanghali,
dapat pakalmahin ang isip bago mananghalian, at muling
tamasahin ang isang panahon ng kapayapaan bago
maghapunan. Panghuli, bago matulog sa gabi, dapat muling
.pumasok sa isang estado ng kapayapaan

Ang mga masigasig na nananatiling tahimik habang
nag-iisa at sa apat na araw na ito ay tiyak na makakaranas
ng pagkakaisa sa Diyos. Ang mga hindi kayang sundin ang
lahat ng mga panahong ito ay dapat maglaan ng kahit man
lang oras ng umaga at gabi para dito. Sa paggawa nito, ang
kanilang buhay ay mababago para sa ikabubuti, at
mararanasan nila ang tunay na kaligayahan; ang karanasan
.ang pinakamahusay na patunay

Kung patuloy kang magsusulat at pipirma ng mga tseke
nang hindi nagdedeposito ng sapat na pondo para
matustusan ang iyong bank account, mauubos ang iyong
pera. Ganito rin ang mangyayari sa iyong buhay. Kung
walang regular na pagdedeposito ng kapayapaan sa iyong
life account, mauubos ang iyong enerhiya, maglalaho ang
iyong katahimikan, at maglalaho ang iyong kaligayahan. Sa
madaling salita, sa kalaunan ay magdurusa ka sa

emosyonal, mental, pisikal, at espirituwal na pagkabangkarote. Ngunit ang malalim at pang-araw-araw na pagmumuni-muni sa Diyos ay magpapanumbalik sa iyong .emosyonal na account

Ang taimtim na naghahanap ay nagmumuni-muni araw-araw, nakikipag-ugnayan sa Diyos nang may buong pagmamahal at pananabik sa kanyang puso, nagsusumamo sa Kanya na ihayag ang Kanyang sarili. Kung ikaw ay isang umiibig sa Diyos at nananabik na maranasan ang Kanyang presensya, dapat mong ilubog ang iyong isip at katawan sa Kanyang kapayapaan, at ang buhay ay ngingiti sa iyo, at ang .iyong mga gawain ay bubuti sa maraming paraan

Ang isang mahinahong tao ay bihirang magkamali, at nagtatagumpay kung saan libu-libong iba pa ang nabibigo

Ang mga hindi nag-iisip tungkol sa Diyos o nagmamalasakit sa Kanya ay nagiging nalulumbay at miserable. Sila ay nagiging magagalitin at nagiging parang .mga makinang naglalakad

Ang araw ng karunungan at kapayapaan ay sisikat sa kalangitan ng katahimikan at paliligoin ang iyong pagkatao sa mga nakapagpapagaling na sinag nito hangga't gumagawa ka ng espirituwal na pagsisikap at inuuna ang .Diyos sa iyong puso

Isang buwan ang nagniningning nang mas maliwanag kaysa sa pinagsamang lahat ng mga bituin. Ang araw, na tila maliit, ay nagtataboy ng kadiliman mula sa isang lugar na milyun-milyong beses na mas malaki kaysa sa sarili nito. Gayundin, ang isang mabuting tao, sa pamamagitan lamang ng pag-iral sa mundo, ay naglalabas ng mga vibration na sumasalungat at nagpapawalang-bisa sa napakaraming .vibrations na inilalabas ng masasamang tao

Ang isang araw ng pagmumuni-muni ay dapat ding maging isang araw ng mental at pisikal na pahinga at ang paglinang ng panloob na kapayapaan. Anumang aktibidad

na nagbubunga ng karunungan at kapayapaan ay isang
.pinagpalang aktibidad sa araw na iyon
Tungkol naman sa paggalang sa mga magulang,
inirerekomenda ng mga banal na aklat ang mabuting
pakikitungo sa kanila: “Igalang mo ang iyong ama at ina” at
”“Maging mabait ka sa mga magulang
Dapat igalang ang mga magulang bilang kinatawan ng
Diyos, na nagkaloob sa kanila ng kaloob na lumikha sa
sangkatauhan. Ang ina ang sagisag ng dalisay na pag-ibig
ng Diyos, sapagkat ang isang mapagmahal na ina ay
nagpapatawad kung saan walang ibang magpapatawad. Ang
ama ang pagpapakita ng karunungan ng Diyos at ang
.tagapagtanggol ng Kanyang mga anak
Hindi dapat mahalin ng isang tao ang kanyang ama at
ina nang hiwalay sa Diyos, kundi bilang pagpapahayag ng
Kanyang mapagkalinga at matalinong pagmamahal, ang
kataas-taasang banal na espiritu ay nagiging ama at ina
upang tulungan ang anak; samakatuwid, dapat itong igalang
.sa mga magulang

Pinapayuhan din tayo ng mga banal na kasulatan na
huwag pumatay para lang pumatay, dahil kung gayon ang
isa ay magiging mamamatay-tao. Hindi dapat kumitil ng
buhay ang isang tao sa isang sandali ng matinding emosyon.
Gayunpaman, kung ang mga mahal sa buhay ay
pinagbabantaan, dapat lumaban ang isang tao upang
protektahan ang mga ipinagkatiwala ng Diyos sa kanila,
dahil isang sagradong tungkulin ang ipagtanggol ang
.pamilya at bansa

Tungkol sa pagbabawal sa pangangalunya, ang mainam
na layunin ng sekswal na pagsasama ay ang paglikha ng
mga batang nilikha ayon sa wangis ng Diyos at ang
pagpapahayag ng dalisay na pag-ibig na nararamdaman ng
mga mag-asawa na nakikita ang Diyos sa isa't isa. Ang mga
nabubuhay lamang sa pisikal na antas, nang walang
pagsasaalang-alang sa tunay na pag-ibig o sa mas mataas

na layunin kung bakit nilikha ang sekswal na pagnanasa, ay nangangalunya ayon sa utos na ito. Sa kasong ito, hindi sila naiiba sa mga hayop na nagbibigay-kasiyahan sa kanilang mga sekswal na pagnanasa at pagkatapos ay nagpapatuloy .sa kanilang landas

Nilikha ng Diyos ang malikhaing hangaring ito sa mga kalalakihan at kababaihan upang magkaanak at magpahayag ng tunay na pagmamahalan sa buhay may-asawa, at hindi ito dapat gamitin nang mali, bagkus ay .baguhin ito bilang isang sagradong gawain at kaalaman

Kung kaya mong kontrolin at ipamahagi ang kapangyarihang sekswal sa iyong pagkatao, makakabuo ka ng mahusay na mga kakayahan sa pag-iisip para sa pagsusulat, pagguhit, o para sa pagbubunyag ng mga nakatagong talento sa hindi mabilang na iba pang mga .paraan

At kapag sa wakas ay nakontrol mo na at espirituwal na nabago ang iyong malikhaing aktibidad, makakaranas ka ng malaking kapayapaan, dakilang pagmamahal, at lumalaking .espirituwal na kagalakan

Ang mga santo at mga pinunong espirituwal na nakapagpabago ng kanilang sekswal na aktibidad ay mga higitang may kakayahang magsagawa ng mga kamanghamangha at kahanga-hangang gawa sa mundo at sa .esoterikong paghahanap ng katotohanan

Kaya naman, ang pinakamataas na gamit ng sekswal na pagnanasa ay upang itaas ang kapangyarihan nito, ibig sabihin, upang idirekta ang enerhiya nito patungo sa isang mas mataas na layunin upang maipakita ang karunungan, matatayog na mithiin, at mga espirituwal na prinsipyo. Hindi dapat magtamo ng kasiyahan mula sa mga sekswal na kaisipan o magnais ng mga ipinagbabawal. Kapag nakamit ang ganitong uri ng pagpipigil sa sarili, magkakaroon ng maayos na pananaw ang isang tao sa pakikipagtalik at sa .mas mataas na layunin nito

Ang pagiging alipin sa mga bagay na sekswal ay nangangahulugan ng pagkawala ng kalusugan, pagpipigil sa sarili, at kapayapaang intelektwal, at sa madaling salita, lahat ng elemento ng kaligayahan na kailangan ng isang tao. Hinihimok din tayo ng mga banal na aklat na huwag magnakaw. Kung ang isang grupo ng isang libong tao ay magnakaw sa isa't isa, bawat isa ay magkakaroon ng 999 na kaaway. Samakatuwid, hindi dapat labagin ng isa ang mga karapatan ng iba, ni agawin ang kanilang lupain, kapayapaan, pag-ibig, dignidad, o alinman sa kanilang materyal o espirituwal na mga ari-arian. Kung hindi mo nararamdaman ang pagnanais na kunin ang hindi sa iyo, ang iyong kailangan o ninanais ay darating sa iyo. Ang pagnanakaw ay unang nagmumula sa isip kapag ang isang tao ay nagsimulang mainggit sa iba. Ang mga buto ng masasamang pagnanasa ay dapat bunutin mula sa isip. Ang espirituwal na altruismo ang paraan. Kung gayon, ang isang tao ay natural na makaakit ng kasaganaan, at ang mga pagpapala ay dadaloy sa kanila mula sa mga mapagkukunang alam nila at mga mapagkukunang hindi nila alam. Ito ay isang hindi nagkakamaling banal na batas. Para sa mga magnanakaw at makasariling tao, ginugugol nila ang kanilang buhay sa paghahabol sa mga materyal na ari-arian, ang kanilang mga mata ay palaging nasa kung ano ang mayroon ang iba, kahit na ang kanilang sariling kaban ay umaapaw sa ginto.

Maliban kung ang materyal na pagkamakasari ay iiwan, hindi malalaman ng mundo ang kaligayahan. Ang kaligayahan ay dumarating lamang sa pamamagitan ng espirituwal na kooperasyon. Dumarating ito kapag nararamdaman ng isang tao ang mga pangangailangan ng iba na parang sarili nila at gumagawa para sa iba tulad ng pagtatrabaho nila para sa kanilang sarili.

Ang isa pang mahalagang utos ay ang pag-iwas sa pagbibigay ng maling patotoo. Ang pananakit sa isang tao sa pamamagitan ng pagbaluktot sa katotohanan ay isa pang paraan upang masira ang pagkakasundo ng lipunan. Kung nais ng isang tao na tratuhin nang mabuti, dapat niyang tratuhin ang iba nang naaayon. Dapat palaging sabihin ang katotohanan, ngunit dapat gawin ang pagkakaiba sa pagitan ng pagsasabi ng katotohanan at pagsasabi lamang ng mga katotohanan. Ang pagtukoy sa isang tao bilang pilay o bulag ay nakakasakit at nakakapinsala; dapat isaalang-alang ng isang tao ang damdamin ng iba at iwasang mapahiya sila.

Gayundin, ang pagbubunyag ng isang katotohanan na magtataksil sa isang tao nang walang marangal na layunin ay mali rin. Sa kabilang banda, hindi dapat magsinungaling ang isang tao upang maiwasan ang pagsasabi ng katotohanan; sa halip, maaari siyang manatiling tahimik sa ilang mga sitwasyon upang maiwasan ang mapahiya o .makasakit sa iba

Dapat mag-ingat sa inggit, isang mapanirang sakit na sumisira sa kapayapaan ng kaluluwa. Habang lalo pang hinahangad ng isang tao ang pag-aari ng iba, lalo lamang lumalala ang kalungkutan at paghihirap. Ang taong mainggitin ay nabubuhay nang magulong, hindi kailanman nalalaman ang lasa ng katahimikan. Mas makabubuti para sa kanila na igalang ang kanilang sarili, umasa sa kanilang .sarili, at hanapin ang panloob na espirituwal na kayamanan. Ang dignidad at likas na halaga ng isang tao ay higit na dakila kaysa sa anumang bagay na maaari nilang ninanais o inaasam na angkinin. Ang Diyos ay nakikita sa bawat tao sa paraang hindi nakikita sa sinumang ibang tao. Ang kanilang mukha ay hindi katulad ng sa iba, at ang kanilang kaluluwa ay hindi katulad ng sa iba, sapagkat sa loob nila nakasalalay ang pinakadakilang kayamanan ng lahat ng nilikha—at ang .pinakadakilang kayamananang iyon ay ang Diyos

Nais naming magningning at umunlad ang aming buhay sa pamamagitan ng mabubuting gawa, maging mabango sa kagalakan at kaligayahan, at mabuhay magpakailanman sa .alaala ng mga taong nagpapahalaga sa amin

Kapag ang isang tao ay may tamang pananampalataya at kumikilos nang naaayon, siya ay mas masaya kaysa sa mga walang pananampalataya at hindi ginagampanan ang .kanilang mga tungkulin sa laban ng buhay

Ang matibay na pananampalataya at matuwid na pagkilos (na sinusupportahan ng mga marangal na motibo at mabubuting intensyon) ay laging naroroon saanman mayroong kaligayahan, at nawawala saanman wala ang kaligayahan. Mula rito, mahihinuha natin na ang mga ito ay dalawang mahahalagang kondisyon para sa kaligayahan, na hindi makakamit kung wala ang mga ito. Ang mga naghahangad ng kaligayahan ay kailangan lamang magtaglay ng dalawang pangunahing elementong ito, na .siyang mga pundasyon at haligi nito

Hindi kayang kontrolin, baguhin, o burahin ng mga tao ang walang katapusang mga bahagi ng sansinukob ayon sa gusto nila. Ang mga bahaging ito ay masalimuot na hinabi sa tela ng buhay ng tao, at hindi kayang gumana nang hiwalay sa mga ito. Gayunpaman, kayang kontrolin ng mga tao ang kanilang mga isipan upang umangkop sa mga bahaging ito .at maiwasan ang mapinsala ng mga ito

Mas masaya ang ating mga ninuno kaysa sa atin, hindi dahil mas marami silang taglay na makamundong bagay at kasiyahan kaysa sa atin ngayon, o dahil hindi sila gaanong nahaharap sa mga problema sa buhay, kundi dahil taglay nila ang sikolohikal na balanse na nagbigay sa kanila ng ginhawa, kapayapaan, kasiyahan, at sa madaling salita, .kaligayahan

Hindi sila umasa sa mga panlabas na pangyayari para sa kanilang kaligayahan, ni hindi sila sumuko sa mga panlabas na kalagayan na mag-aalis nito sa kanila. Ang kanilang mga damdamin ng ginhawa, kapayapaan, kaligayahan, at kasiyahan ay natural, normal, malusog, at pangmatagalan. Dapat din nating linangin ang mga damdaming ito kung nais nating magtaglay ng kaligayahan.
?At sino sa atin ang hindi

Ang kapalaran ay bunga ng nakaraang paggamit ng malayang pagpapasya o kalayaan sa pagpili. Sa pamamagitan ng ating mga nakaraang kasanayan sa malayang pagpapasya, tayo ang nagdala at patuloy na nagdadala sa ating sarili ng kapalaran at tadhana. Gayunpaman, hindi tayo nakatali sa nakaraan, ni hindi tayo habangbuhay na napipigilan ng mga bunga ng ating mga kilos. Maaari nating bawiin ang ating inihasik at burahin ang ating isinulat kung nais natin at magsisikap na itama ang .ating landas at pagbutihin ang kalidad ng ating ani Kung aalisin natin ang mga binhi ng mga kilos na may masasakit na bunga at itatanim sa lugar nito ang mga binhing mas angkop sa kalikasan ng kaluluwa, tiyak na aanihin natin ang mga bunga ng kaligayahan mula sa mabubuting binhing nahasik sa lupa ng kaluluwa. Dapat nating gamitin ang malayang pagpapasya ngayon, ngayon na, at hindi bukas, kung nais nating makamit ang higit na .kaligayahan o mabawasan ang pagdurusa at sakit Samakatuwid, ang mga kondisyon para sa kaligayahan ay nasa loob ng tao, at ang kailangan lang niyang gawin ay seryosong harapin ang ekwasyong iyon na hindi nagkakamali, at ang mga resulta ay magiging pabor sa kanya kung gagawin niya ang pinakamahusay na pagtatasa .at pagharap dito

O Panginoon, mapuno nawa ng Iyong sigla ang aking
pagkatao, ng Iyong puso ng Iyong nakaaaliw at mahabagin
na presensya, ng Iyong isipan ng Iyong karunungan, at ng
.Iyong kaluluwa ng Iyong banal na kamalayan
Sa lupa ng inyong mga puso, tumutubo ang mga buto
ng pag-ibig. Diligan ang mga butong iyon ng tubig ng
.pangkalahatang pag-ibig at pangkalahatang habag
Walang limitasyon ang kapangyarihan ng isip at dahil
dito, kung mag-iisip ka nang malalim tungkol sa anumang
paksa, makukuha mo ang sagot sa anumang tanong na may
.kaugnayan sa paksang iyon

Kung ang isang tao ay iniaalay ang lahat ng kanyang
trabaho at mga aktibidad sa paglilingkod sa iba at nagagawa
ang mga ito nang may kasiyahang pag-iisip, kung gayon siya
.ay tunay na karapat-dapat sa konsiderasyon at pasasalamat
Hindi tayo dapat maging isang panig lamang. Sa halip,
dapat nating balansehin ang ating mga gawain at unahin
ang ating trabaho at mga tungkulin, ayon sa kahalagahan ng
.bawat isa

Ang tungkulin ay ang kilos na ginagawa ng isang tao
nang may kagalakan at hindi para sa materyal na
pakinabang, at ang espirituwal at moral na tungkulin ay
.dapat unahin sa buhay

Ang bawat tao ay may hindi pa nagagamit na potensyal.

Taglay nila ang lahat ng kinakailangang kalakasan. Ang isip
mismo ay isang kataas-taasang kapangyarihan, at dapat
itong palayain mula sa mga luma at mahigpit na gawi at
.konsepto

Ang impluwensya ng mga planeta at bituin sa buhay ng
tao ay sanhi ng mga puwersa ng atraksyon at pagtataboy sa
.pagitan ng mga planeta at katawan ng tao

Ang masasamang kaisipan ay humahantong sa isang
tao sa isang mapaminsalang kapaligiran kung saan
maipapahayag nila ang kanilang mga sarili ayon sa kanilang
mga naisin. Gayunpaman, maaaring baguhin ng isang tao

ang kanilang mga iniisip at kamalayan sa pamamagitan ng paghahangad, at dahil dito, ang kanilang kapaligiran. Kung ang isang tao ay mananatili sa isang mapaminsalang kapaligiran sa loob ng mahabang panahon, ang kapaligirang iyon ay magsisimulang makaimpluwensya sa kanila nang hindi namamalayan. Sa paglipas ng panahon, tuluyan silang nawawalan ng kanilang kalayaan na pumili ng isang malusog at kapaki-pakinabang na kapaligiran at nagiging biktima ng mga negatibong impluwensya ng mapaminsalang kapaligirang iyon. Sa kabilang banda, ang mga may malakas .na paghahangad ay naaayon sa Diyos

Konsentradong enerhiya ng isip

Kapag itinuon mo ang sikat ng araw sa pamamagitan ng magnifying glass sa isang maliit na punto, lumilikha ito ng init, at ang init na iyon ay maaaring magingas ng kahoy, tela, papel, at marami pang iba. Gayundin, kapag itinuon mo ang iyong isip nang tumpak, ang konsentradong enerhiya nito ay maaaring sumunog sa mga ugat ng pagdududa sa likod ng bawat pagkabigo at hayaang sumikat nang .maliwanag ang liwanag ng karunungan

Kapag ang isip ay nakahanay sa Diyos, ang pinagmumulan ng lahat ng kabutihan at ang pinagmulan ng lahat ng pinagpalang kapangyarihan, nalalaman nito ang banal na presensya at taglay ang lahat ng elemento ng tagumpay. Ang mga elementong ito ay malapit na nauugnay sa napakalaking kapangyarihan ng Diyos, na may kakayahang lumikha ng mga bagong pagkakataon para sa .tagumpay sa anumang larangan

Ang mga problema at kahirapan ay nagmumula sa kawalan ng kamalayan ng isang tao sa kanilang mga nakaraang kilos, na nagawa sa isang partikular na oras at lugar. Ang kanilang kasalukuyang pagdurusa ay nagmumula

sa mga kaisipan at gawa na kanilang binigkas, na nag-ugat sa lupa ng kanilang kamalayan, sumibol at naging isang halaman at namumunga na sumasalamín sa mismong mga .katangian ng mga kaisipan at kilos na iyon

Ang mga pagsubok at paghihirap ay hindi dumarating upang sumira ng isang tao o paralisahin ang kanilang kalooban, kundi upang tulungan silang pahalagahan ang kadakilaan ng Diyos at igalang ang Kanyang mga batas, kung saan makakamit nila ang tunay na kaligayahan. Hindi ipinapadala ng Diyos ang malupit na mga pagsubok na ito dahil pangunahing gawa ng tao ang mga ito. Ang kailangan lamang sa sangkatauhan ay gisingin ang kamalayan nito mula sa pagkakatulog ng kawalang-ingat at lumabas mula sa kadiliman ng kamangmangan patungo sa liwanag ng .kaalaman

Kadalasan, ang ating mga pandama ay nangangako sa atin ng panandaliang kasiyahan ngunit sa huli ay nagdudulot sa atin ng matagal na sakit at pagdurusa. Gayunpaman, ang tunay na kabutihan at kaligayahan ay kakaunti ang ipinapangako, ngunit sa huli ay nagbibigay sa atin ng dalisay at pangmatagalang kagalakan. Kaya naman itinuturing kong tunay na kagalakan ang panloob at pangmatagalang kaligayahan, at ang pansamantalang senswal na kasiyahan .ay mga kasiyahan lamang

Kapag tiningnan mo ang araw mula sa milyun-milyong milya ang layo sa kalawakan, ang napakalaking bituin na iyon ay tila mas maliit kaysa sa ating Daigdig. Gayunpaman, ang diyametro ng Daigdig ay humigit-kumulang 7,900 milya, habang ang diyametro ng Araw ay isang daang beses na mas malaki kaysa sa Daigdig. Kung mailalagay mo ang ating planetang Daigdig nang direkta sa

harap ng Araw, ito ay lilitaw bilang isang maliit na tuldok
.kumpara sa Araw
Ipagpalagay natin na ang makapangyarihang solar field
ay lumalawak at lumalawak hanggang sa lamunin ng
napakalaking masa nito ang buong asul na kalangitan. Ang
langit na nakikita natin ay isang maliit na bahagi lamang, sa
katunayan ay isang maliit na batik, ng espasyo na
.tumatagos sa walang katapusang uniberso
Kahit na patuloy na lumawak at umaabot ang araw sa
kalawakan nang walang hanggan, hindi pa rin nito kayang
.saklawin ang kawalang-hanggan
Ang kosmikong ilusyon ng kaliitan at kawalang-hanggan
ay naglilimita at pumipigil sa isip na maunawaan ang
.kosmikong kalawakan na iyon
Saan nagmula ang ganap na kawalan na ito, at nasaan
?ang mga hangganan nito
Siya na hindi sakop ng mga dimensyon o sukat, na
walang hangganan o pinagmulan, ay ang Diyos, na nasa
lahat ng dako at umiiral sa pinakamalayong bahagi ng
kalawakan. Siya ay nasa malalayong, liblib na mga bituin.
Tulad ng pagkakaroon nito sa loob mo at sa loob ko, may
kamalayan ito sa bawat espasyong sinasakop nito, gaano
.man ito kaliit o kalaki

Ang nakaraan ay hindi alam ng karamihan sa
sangkatauhan, maliban sa ilang piling naliwanagang
indibidwal. Gayunpaman, ang ating kamangmangan sa
nakaraan ay para rin sa ating kapakinabangan. Sapagkat
kung alam natin ang lahat ng ating nagawa sa buhay na ito
at sa mga nakaraang buhay, tayo ay mabibighani sa dami ng
ating mga kilos at lubos na malilito. Ang ating kalooban ay
maaaring maparalisa pa ng pagkabigla, na magiging dahilan
upang hindi natin maipagpatuloy ang ating mga hangarin at

iwan tayong biktima ng kawalan ng pag-asa. Kahit sa buhay na ito sa lupa, ang pagkalimot ay isang biyaya mula sa Diyos, na pumipigil sa ating mga iniisip at damdamin na lamunin ng mga alaala ng nakaraan, lalo na ang mga mapait at masasakit. Sa kabutihang palad, ang banal na kislap sa loob natin ay patuloy na nagniningning ng pag-asa at pagnanais na ipagpatuloy ang walang humpay na paglalakbay sa buhay. Dapat nating pasalamatang ang Diyos para sa dalawang biyayang ito: ang kakayahang kalimutan .ang nakaraan at ang pag-asa para sa hinaharap

Hindi natin dapat isipin na ang tadhana ay naglalagay ng mga balakid sa daan ng malayang pagpapasya. Gayunpaman, dapat nating gawin ang ating makakaya upang labanan ang mga negatibong impluwensya na iniuugnay ng karamihan sa tadhana at kapalaran, at gamitin ang ating kalayaan sa pagpili ayon sa ating panloob na paniniwala, sa kondisyon na ang mga paniniwalang ito ay batay sa matibay na pananampalataya at nakabatay sa mga banal na batas, na kung wala ito ay hindi matitikman ng .isang tao ang tunay na kaligayahan

Kapag tayo ay nagsisimula ng isang aksyon, hindi tayo dapat matakot sa mga hindi kanais-nais na pangyayari, bagkus ay maging optimistiko sa sukdulan, nang may lubos na pananampalataya na walang makakahadlang sa .paggamit ng ating kalooban at kalayaan sa pagpili

Ang mga tao ay kadalasang parang dahong lumulutang sa ibabaw ng ilog, at kailangan nilang hilahin ang kanilang mga sarili palabas sa agos ng mga awtomatikong gawi na nagdadala sa kanila patungo sa mga talon ng ilusyon at

pagkawasak. Karamihan sa mga tao ay tila walang pakialam .at hinahayaan ang kanilang mga sarili na tangayin ng agos

Kung mabigo tayong makamit ang ating layunin, katanggap-tanggap na hindi direktang kilalanin na may mga balakid na tayo mismo ang gumawa na pumigil sa atin na maabot ito. Dapat tayong magtiyaga at doblehin ang ating mga pagsisikap upang makamit ang ating ninanais na resulta. Dapat din nating tiyakin sa ating sarili na gaano man kalakas at kakila-kilabot ang mga balakid at hamon, mayroon pa rin tayong lakas upang malampasan ang mga ito. Kahit na mabigo tayo sa kabila ng lahat ng ating mga pagtatangka, hindi natin kailangang mawalan ng pag-asa o pagkabigo, hangga't nauunawaan natin na ang kalooban ng tao ay mas malakas kaysa sa tadhana, na tayo mismo ang gumawa. Samakatuwid, hindi tayo dapat tumigil sa pagsubok, gaano man karaming beses tayong mabigo, dahil laging may mga bukas na pinto. Kailangan lang nating patuloy na magsikap at ulit-ulitin ang pagtatangka hanggang sa ipagkaloob sa atin ang tagumpay. Tutulungan tayo ng Diyos hangga't umaasa tayo sa Kanya at magsisikap nang husto. [Ang sinumang lumalakad sa landas ay makakarating sa destinasyon, at ang sinumang nagtitiwala sa Diyos ay .hindi mabibigo]

Kapag ang isang tao ay nagnanais ng isang bagay nang matindi at patuloy, ang pagnanais na iyon ay hindi kailanman nawawala sa kanilang kamalayan, saanman sila magpunta at anuman ang kanilang mga pinagkakaabalahan. Sa pamamagitan ng palagian at walang sawang pagkilos nito, ang pagnanais na iyon ay nagtataglay ng napakalaking determinasyon at enerhiya. Ang panloob na bulong na ito ay mas makapangyarihan at mabisa kaysa sa mekanikal na pagsusumamo, na nagpapagalaw lamang sa mga labi.

Ganito kumikilos ang mga nagmamahal sa Diyos. Walang humpay nilang ibinubulong ang kanilang pagmamahal sa Kanya, ang kanilang taos-pusong mga bulong ay nananatiling hindi naririnig sa kanilang pang-araw-araw na gawain. Ang taos-pusong bulong na ito ay hindi nakakagambala sa kanila o sumasalungat sa kanilang iba pang mga tungkulin. Habang lumalaki ang kanilang pagnanais para sa Diyos, ang kanilang pagmamahal sa Kanya ay lumalalim at tumitindi, hanggang sa maranasan nila ang Kanyang presensya at makita ang Kanyang liwanag gamit ang mata ng kaluluwa. Nalalasaan nila ang labis na kagalakan at nakakaramdam ng kapayapaang hindi .mailalarawan

Ipinapadala sa atin ng Diyos ang mga aral na kailangan natin sa buhay upang makinabang tayo sa mga ito at magkaroon ng pag-unawa at karanasan. Sinumang umiwas sa mga aral na iyon ay mapipilitang matutunan ang mga ito .gaano man katagal

Ang bawat pagsubok ay isang kaibigan kung tayo ay natututo mula rito, at isang malupit na diktador kung ating sasayangin ang pagkakataon at gagamitin ito nang mali .nang may reklamo, hinanakit, at maling pagpapasya

Kapag mayroon tayong matibay na pang-unawa at tamang pananaw sa buhay, ito ay nagiging maganda at .walang komplikasyon

-

Ang isang tao ay hindi maaaring manatiling habang-buhay na nadadala sa mga alon ng kagalakan, nakalubog sa magulong tubig ng kalungkutan, o nalulunod sa kaibuturan ng pagkabagot. Sa mundong ito ng magkakasalungat na mga dualidad, ang karaniwang tao ay napapailalim sa mga pagtaas at pagbaba—pag-angat sa mga alon ng kaligayahan, paglubog sa kailaliman ng kawalang-interes, at paghampas-hampas ng nagngangalit na mga alon ng kalungkutan—bihirang makaranas ng anumang iba pang estado ng kamalayan.

Ang pagpapahintulot sa mga pangyayari na impluwensyahan ang mga iniisip ng isang tao sa ganitong paraan ay nangangahulugan ng pagsuko ng sarili sa isang pabago-bago at pabago-bagong kapalaran. Ang kailangan ng isang tao upang mabuhay nang matagumpay at kasiya-siya ay ang balanseng pangkaisipan, at ito ay makakamit lamang sa pamamagitan ng nakatuong pag-iisip at kontrol sa mga emosyonal na kakayahan ng isang tao.

Kahit ang pinakamatinding kalungkutan ay naghihilom sa paglipas ng panahon, kaya walang saysay na isipin pa ang kalungkutan araw-araw sa ating buhay. Ang patuloy na pagdadalamhati sa pagkawala ng isang mahal sa buhay ay hindi nakakatulong sa kanila o sa atin, at wala itong binabago. Gayundin, ang paglinang ng isang inferiority complex o pagpaparusa sa sarili para sa mga nakaraang pagkakamali o pagkabigo ay kontra-produktibo; ginagawa lamang nitong miserable ang buhay at sinasakal ang mga kakayahan sa pag-iisip.

Hindi natin dapat hayaang mahulog tayo sa hukay ng nakakabagot na gawain, dahil iyon ay isang sikolohikal na kalagayan na malayo sa komportable, dahil ginugulo nito ang isipan at sinusunog ang mga nakatagong kakayahan sa .pugon ng kawalang-interes

Ang pagkabigo ay dapat lipulin mula sa ugat nito, at ang mga bukid ng buhay ay dapat araruhin nang may kasipagan at determinasyon at itanim ng mga binhi ng kabutihan .upang umani ng masaganang ani, sa tulong ng Diyos Gumawa ng isang bagay na hindi pa nagagawa ninuman —isang bagay na hahanga sa mundo. Ipakita na ang malikhaing kapangyarihan ng Diyos ay gumagana sa .pamamagitan mo

Ang mga taong may mahinahon at marangal na ugali ay nakakatulong na gawing kaakit-akit at malusog ang ating mga kaisipan. Hindi mahirap matukoy kung ang isang tao ay kumukuha ng kanilang intelektuwal na sustansya mula sa isang mapayapa o nakakagambalang kapaligiran. Ang pagkabalisa, pagkabalisa, at kalituhan ay pawang nagmumula sa pakikisalamuha sa maling uri ng tao, maging sa mga kaibigan o kamag-anak, na humahantong sa mga .balisa at magulong kalooban

Ang katawan ay kumukuha ng enerhiya at aktibidad mula sa mga pisikal na pagkain, habang ang mga magnetikong pagkain ay nagbibigay sa katawan at isipan ng mga karga ng enerhiya na mas madaling tunawin kaysa sa

mga solid at likidong pagkain na hindi madaling ma-convert
.sa buhay na enerhiya

Kapag nagagawa mong baguhin ang kamangmangan tungo sa karunungan, ang kahinaan at karupukan tungo sa kalusugan at sigla, at lumakad nang may kumpiyansa at matapang—kahit mag-isa—sa mga landas ng buhay, at makatagpo ng panloob na kagalakan sa pagkakaroon ng isang buhay at mapagbantay na konsensya, at matibay na pananampalataya sa katarungan ng Diyos at sa tagumpay ng tama laban sa mali at katotohanan laban sa ilusyon, at kapag sinisikap mong araw-araw na itaas ang iyong mga iniisip sa mas mataas at mas pinong antas, at magkaroon ng isang mapagmahal at nagpapasalamat na puso at mabuting intensyon sa iba, ang iyong intelektuwal na pagpapakain ay magiging magnetiko, at maaakit mo sa iyong sarili ang lahat ng maganda at kapaki-pakinabang—mga bagay, tao, at mga pangyayari—na mahalaga para sa pagpapatuloy ng iyong paglalakbay patungo sa mga baybayin ng seguridad at kaligtasan. At panghuli, kapag nagsikap kang makamit ang iyong mga kailangan at kuntento sa kung ano ang ibinibigay ng Diyos, ikaw ay magiging mas mayaman sa espiritu at mas nasisiyahan kaysa sa mga nalululong sa mga makamundong .pagnanasa at sakim sa mga panandaliang kasiyahan nito

Ang habag ang tulay na nag-uugnay sa bawat kaluluwa sa iba pang mga kaluluwa. Ang habag ang daan patungo sa .bawat puso

Kapag hinahanap ng isang tao ang Diyos, na siyang tanging tunay na kaibigan na higit sa lahat, nagiging posible ang pagtatatag ng tunay na pagkakaibigan sa lahat ng ugnayan ng tao—pamilya, kapatid, mag-asawa, at

espirituwal. Ang pagkakaibigan ay isang mahalagang elemento sa mga ugnayan ng mag-asawa, at ang intelektwal at emosyonal na pagiging malapit, ang pakiramdam ng espirituwal na atraksyon, at tunay na pagmamahal ang dapat na maging prayoridad. Ang mga hindi nakakakilala sa pagkakaiba ng tunay na pag-ibig at pisikal na atraksyon ay .paulit-ulit na nabibigo

Kapag ang kasal ay itinatag sa matataas na mithiin at paggalang sa isa't isa, ito ay nagiging isang masaya at matagumpay na pagsasama sa pagitan ng dalawang mapagmahal at nagtutulungang kaluluwa na nagpapagaan sa mga pasanin ng buhay ng isa't isa at nag-aalis ng mga alalahanin ng pamumuhay nang may empatiya at .palakaibigang pag-unawa

Walang sinuman ang makakakontrol sa akin o makakaagaw sa aking kalooban maliban kung hahayaan .kong maimpluwensyahan ako ng mga iniisip at kilos ng iba Kung ililimitahan mo ang iyong pag-iisip sa materya, makikita mo ang lahat mula sa materyal na pananaw. Ngunit kapag itinaas mo ang iyong kamalayan sa isang estado ng espirituwal na kamalayan, makikita mo ang laganap na agos ng liwanag ng Diyos na dumadaloy nang lampas sa lahat ng materya, at makikita mo ang lahat mula sa espirituwal na .pananaw

Panginoon, napagtanto kong mayroon akong walang katapusang pagkakataon upang tuklasin ang aking mga kakayahan at tuklasin ang aking espirituwal na potensyal. Ngayon, pupunuin ko ang aking mga iniisip ng optimismo at ihihiwalay ang aking sarili mula sa mga hindi kanais-nais na karanasan. Magsasagawa ako ng mga bagay na

magpapalusog sa aking katawan, isip, at espiritu sa isang
.balanse at maayos na paraan

Papalitan ko ang mga materyal na kalakip ng mas
matataas na mithiin
At aking mapagtatanto na ang tapat na espiritu ay
laging kasama ko

Ang sayaw ng buhay at kamatayan ay laging naroroon,
ngunit palalayain ko ang aking sarili magpakailanman sa
pamamagitan ng pagliligtas sa aking espirituwal na
pagkakakilanlan. At kapag naharap ko ang mga bagyo ng
mga pagsubok at paghihirap, maglalayag ako sakay ng
aking espirituwal na bangka patawid sa dagat ng buhay
.patungo sa ligtas at banal na mga baybayin

Kapag ako ay gumagawa at lumilikha, maaalala ko na
ang Diyos ay gumagawa sa pamamagitan ko. Siya ang
Panginoon ng sansinukob, at maaari akong kumonekta sa
Kanya sa pamamagitan ng malalim na pagninilay-nilay sa
.Kanya

Mahal kong Diyos, natatanto ko na ang aking mga iniisip
ay magdudulot sa akin ng kabiguan o tagumpay, depende sa
kung aling ideya ang pinakamalakas sa aking buhay. At
susubukan kong tandaan na inilalahad Mo ang Iyong kamay
na tumutulong at inihahanda ang daan para sa aking
.tagumpay

Kapag dumarating sa akin ang mga kalamidad at
kasawian, iipon ko ang aking lakas at palalakasin ang aking

determinasyon na malampasan ang mga ito. Magiging tapat
at tapat ako sa aking pakikitungo sa lahat, at
magpapalaganap ako ng mga kaisipan ng pagmamahal at
mabubuting hangarin. Pagkatapos, tutulungan ako ng Diyos
.gamit ang Kanyang kapangyarihan at karunungan

Mga sakit na espirituwal at ang kanilang paggamot
Guro Paramhansa Yogananda

Subukang isipin ang isang grupo ng mga pigura ng tao
:na hindi proporsyonal at hindi magkakasundo
Isa na may maliit na ulo na kasinlaki ng chickpea at
!malaking katawan na kasinlaki ng kamelyo
Ang isa pa ay may makapangyarihang kamay na parang
kamay ni Samson o ni Hercules at katawan na parang
!katawan ng isang duwende
At ang pangatlo ay may ulo ng isang malaking elepante
!at katawan ng isang payat na daga
Hindi ba't magiging kagulat-gulat at kamangha-mangha
sa iyo ang tagpong iyon, o malungkot at
nakapanghihinayang, kung bigla kang makakita ng isang
pulutong ng mga nilalang na iyon na may kakaiba at hindi
?magkakatatugmang komposisyon
Ngayon, isipin ang isa pang grupo ng mga tao na normal
ang pangangatawan at hitsura, ngunit may diperensya sa
.pag-iisip at sikolohikal na kapansanan
Kung paanong itinatago ng mga damit ang mga sugat,
sugat, at iba pang pisikal na kapansanan, gayundin ang
isang malakas at malusog na katawan at isang maganda at
maningning na mukha ay nagtatago ng maraming
.malulubhang sakit sa pag-iisip at mga depekto sa pagsilang
Kung makakasalubong ka ng isang malaking grupo ng
mga ordinaryong tao na nakikilala sa kanilang eleganteng
anyo at mabuting kalusugan, at kung maarok mo ang

kanilang mga katawang pangkaisipan gamit ang iyong
espirituwal na paningin, ang sorpresa ay magiging
kamangha-mangha, at maaaring malulungkot ka nang husto
.sa iyong matutuklasan

Maaari mong obserbahan ang kanilang mga katawang
:pangkaisipan tulad ng sumusunod

Ang isip ay kinakatawan ng ulo, ang mga pandama at
damdamin ng katawan, at ang kalooban ng mga kamay at
.paa na pawang abnormal, may sakit, at may kapansanan

Matutuklasan mo na ang ilan ay may maliit na ulo na
may hindi pa ganap na karunungan, nakasakay sa isang
malambot na katawan na namamaga sa makasariling mga
.ambisyon at malibog na mga pagnanasa

Matutuklasan mo rin na ang ilang mga tao ay may
katawan na walang pakiramdam at sigla, kahit na mayroon
.silang lubos na maunlad at gumaganang braso

Ang iba ay maaaring nagtataglay ng malaki at
malikhaing utak, ngunit ang kanilang empatiya at emosyonal
na kapasidad ay nababawasan at humihina. At may isa pang
kategorya ng mga taong may normal na pisikal at mental na
kalagayan, ngunit ang kanilang determinasyon at pagpipigil
.sa sarili ay mahina o paralisado

At ang listahan ng mga obserbasyon ay magpapatuloy

!nang magpapatuloy. Nawa'y mabuhay ka nang matagal

Ang napakaraming sikolohikal na pagbaluktot sa mga

katawang pangkaisipan na hindi pa lubos na nauunlad sa

ilang aspeto at labis na nauunlad sa iba ay tunay ngang

naroroon – bagama't nakatago – sa mga tao. Nagdudulot ang

mga ito ng sakit sa sikolohikal at pumipigil sa kanila na

ipakita ang kanilang mga talento at kakayahan gaya ng

.dapat nilang ipakita

Ang pagtugon sa ilang mga sakit sa sikolohikal dito ay

maaaring makatulong upang matukoy ang mga

pinagbabatayang sanhi ng lahat ng problema ng tao, upang

ang mga ito ay maging kilala kahit man lang ng lahat ng

dumaranas nito, kahit na hindi namamalayan, upang maunawaan nila ang katangian ng mga depektong iyon, ang kanilang mga sintomas, at ang kanilang tahimik na pagtagos sa isipan, upang maiwasan nila ang kanilang unti-unting .pagkawasak ng kapayapaan at kaligayahan espirituwal na kalungkutan

Ang sakit na ito ay laganap sa mga taong hindi aktibo sa intelektwal at pisikal na aspeto sa pagkukunwaring labis na nahuhumaling sa mga espirituwal na bagay. Ang mga taong ito na may ganitong karamdaman ay nagpapabaya sa mga pangunahin at maliliit na tungkulin ng materyal na buhay sa pagkukunwari ng paglilingkod sa Diyos, sa gayon ay binubuksan ang kanilang sarili kay Satanas, na maaaring magdulot ng malubhang pinsala sa kanila. Nagdurusa sila sa pesimismo at kawalan ng pagpapahalaga sa anumang kapaki-pakinabang o maganda sa kanilang paligid. Ito ay isang nakakahawang sakit, at lahat ng may espirituwal na mithiin ay dapat maging maingat dito at palayain ang kanilang sarili mula rito sa pamamagitan ng patuloy na pagpapanatili ng kanilang sigla at malakas na kaligtasan sa sakit sa pamamagitan ng positibong pag-iisip, optimistikong .pananaw, at malusog at produktibong gawain espirituwal na hindi pagkatunaw ng pagkain

Nangyayari ito bilang resulta ng biglaan (kalabisan), ibig sabihin, ang mabilis na paglunok ng malalaking dami ng mga handa nang gamot na psychotropic na nakarehistro sa ilalim ng mga magarbong pangalan, at inihaharap sa anyo ng mga pekeng aklat at aralin sa espirituwal ng mga "doktor sa espirituwal" na may karanasan sa sining ng panlilinlang at .pangkukulam

Ang sakit na ito ay hindi lamang pumapatay sa espirituwal na pagkauhaw na malaman ang katotohanan, kundi sinisira rin nito ang kakayahang makilala ang mabuti .at masama, ang kapaki-pakinabang at nakakapinsala

Siya na patuloy na lumalamon sa mga ideyang teolohikal at kumakain sa lahat ng bagay na mapupunta sa kanyang mga kamay ay hindi lamang kakain nang labis kundi kakain din ng mga nakalalasong ideya kasama ng mga kapaki-pakinabang na ideya, na magdudulot sa kanyang sarili ng intelektwal na hindi pagkatunaw ng pagkain at sa .gayon ay mabagal na espirituwal na kamatayan

Ang labis at patuloy na pag-aaral ng iba't ibang espirituwal at pilosopikal na ideya, nang walang pag-unawa o pagsisikap na unawain at suriin ang mga ito sa pamamagitan ng personal na karanasan upang matiyak ang kanilang bisa, ay sa huli ay lumilikha ng pagdududa, kawalang-interes, at kawalan ng tiwala sa lahat ng .espirituwal na prinsipyo at batas

Pagkahilig at obsesyon

Ang mga taong may sakit na ito ay nabubuhay nang nasasayang at walang kabuluhan dahil sa labis nilang pera at oras, at dahil kulang sila sa layunin at wastong pag-unawa .sa buhay

Ang mga taong ito ay hinihimok ng kanilang mga pagnanasa; ginagawa nila ang anumang naiisip at nakalulugod sa kanila. Pinupuno nila ang kanilang buhay ng mga mura at walang kwentang nobela, mga sensasyonal na pelikula, at mababaw at walang saysay na libangan. Hindi nila namamalayan na sila ay dinadapuan ng mapanganib na sakit na ito hanggang sa makaranas sila ng matinding pagkabigla o nervous breakdown—ibig sabihin, pagkatapos .magawa ang pinsala lamig ng isip

Ang kondisyong ito ay may ibang pangalan: kawalan ng pag-asa. Hindi alam ng isang tao kung kailan ito tatama at magdurusa sa mga nakababahalang sintomas nito, tulad ng kawalan ng pag-asa, kawalan ng kakayahang magparaya, pagkabalisa, at pagkainip. Mas malala pa, kadalasan itong tumatagal, at ang mga biktima nito ay madalas na madaling

bumalik sa dati, kahit na naniniwala silang mabilis silang
.nakabawi

Sikolohikal na sipon

Ang sakit na ito ay sanhi ng pag-iisip ng mga talamak na
makamundong alalahanin. Ang mga dumaranas nito ay
karaniwang nakakaligtaan ang paggamit ng sandata ng
kanilang lakas ng loob at sa gayon ay pasibo at
mapagpakumbabang sumusuko sa kanilang patuloy na mga
takot sa halip na harapin ang mga ito nang buong tapang at
.alisin ang mga ito sa kanilang pagkabata
abnormal na sikolohikal na pagkakabit

Ang mga biktima ng sakit na ito ay nagiging isang panig
lamang sa kanilang paghahangad ng kaligayahan. Sa
paniniwalang ang kaligayahan ay nakasalalay sa pag-iipon
ng kayamanan, pagkamit ng katanyagan, o pagkakaroon ng
kalusugan o kapangyarihan, isinasakripisyo nila ang lahat—
kalusugan, mabuting reputasyon, kapayapaan ng isip,
karangalan, at dignidad—sa altar ng kanilang nag-aalab na
ambisyon. Huli na, napagtanto nila na tanging ang isang
balanseng buhay lamang, isa na gumagalang sa mga batas
ng kalikasan at sa mga tuntunin ng Diyos, at nag-aayon sa
aktibidad sa katahimikan, ang makapagdudulot ng tunay na
kaligayahan at matutupad ang layunin ng isang marangal na
.buhay

Ang mga dumaranas ng hindi malusog na mga sakit sa
pagkabit ay nalululong sa mga kaisipan ng walang pigil na
pananabik, na humahantong sa isang baluktot at pilipit na
pananaw sa buhay. Halimbawa, isang negosyante ang
nakamit ang malaking tagumpay at nagkamal ng
kayamanan, ngunit bago pa niya nasiyahan ang kanyang
kayamanan, dumanas siya ng nervous breakdown dahil sa
labis na pag-aalala at takot, at namatay na puno ng
.dalamhati

Naniniwala ang iba na ang lahat ay pinahihintulutan
upang makamit ang layunin. Dahil sa kalituhang ito,

nawawala sa kanila ang kanilang tunay na layunin at hindi nila nakakamit kahit ang pinakamaliit na kasiyahan, kahit na taglay nila ang mga bagay na kanilang inaasam, dahil ang kalikasan ng tao ay malawak at maraming aspeto at nangangailangan ng balanseng pag-unlad sa lahat ng antas

Bulag na espirituwal na pagkapit

Ang kakaibang panatisismo na ito para sa ilang paniniwala ay nagmumula sa pagkapit sa mga partikular na opinyon at ideya nang walang pagtatanong o pagsusuri sa mga ito, kaya lumilikha sa mga taong may ganitong karamdaman ng galit at poot laban sa anumang mabuting espirituwal na ideya o bukas at malayang kaisipan. Ang pag-iisa na ito ay humahantong sa paghihimagsik laban sa mga batas ng Diyos, na makikita sa kahusayan sa intelektwal, materyal na kagalingan, kalusugan ng isip at pisikal, at pagmamahal at paggalang sa mga tao ng lahat ng pinagmulan

Pagtatanim ng mga espirituwal na prinsipyo

Dahil ang mga pisikal na karamdaman ay nahahawakan, masakit, at hindi kanais-nais, hinihikayat tayo ng mga ito na aktibong labanan ang mga ito, na humahantong sa atin na subukang malampasan ang mga ito sa pamamagitan ng iba't ibang mga pamamaraan ng therapeutic, mula sa ehersisyo at malusog na nutrisyon hanggang sa iba't ibang mga gamot at droga. Gayunpaman, ang mga sakit sa sikolohikal, sa kabila ng pagiging ugat ng lahat ng sakit at takot ng tao, ay hindi napipigilan o ginagamot nang may sapat na pagmamadali, at pinapayagang magdulot ng pinsala at pagkawasak sa ating buhay

Ang mga tagapagturo, guro ng edukasyong pisikal, mangangaral, repormista, manggagamot, at mambabatas ay makakapagsulong ng pag-unlad kapag una silang natuto, simula sa kanilang sarili, at pagkatapos ay magturo sa iba ng

mga tamang paraan upang malinang ang kalikasan ng tao sa isang balanse at maayos na paraan, alinsunod sa mga batas ng buhay at mga prinsipyo ng isang malusog na pamumuhay. Ito ang tunay na mabisang edukasyon at komprehensibong kultura ng tao na kailangan ng mga tao sa .lahat ng dako ng mundo

Itinuturing ng mga institusyong pang-edukasyon na imposibleng ituro ang mga pangunahing espirituwalidad sa mga pampublikong paaralan dahil sa nakikitang kalituhan sa pagitan ng mga prinsipyong ito at iba't ibang doktrinang pangrelihiyon. Gayunpaman, kung ang mga institusyong ito ay nakatuon sa mga pangkalahatang prinsipyo ng kapayapaan, pagmamahal, paglilingkod, pananampalataya, pagiging bukas ang isipan, at pagtanggap sa iba—na matatag na itinatag na mga espirituwal na prinsipyo—at bumuo ng mga praktikal na pamamaraan para sa pagkikintal ng mga prinsipyong ito sa matabang lupa ng isipan at kaluluwa ng mga bata, makakahanap ng isang makatwiran at katanggap-tanggap na solusyon sa inaakala at inaakala na kahirapang ito. Isang malaking pagkakamali na balewalain ang isyung ito dahil lamang sa mga maliwanag .na kahirapang kaugnay nito

Karamihan sa mga nagtapos sa kolehiyo ay umaalis sa unibersidad na ang kanilang mga ulo ay mabigat at namamaga dahil sa mga nilalaman ng mga libro kaya halos hindi na nila matahasan ang mga landas ng buhay, dahil ang kanilang determinasyon at pagpipigil sa sarili ay halos naparalisa ng kapabayaang hindi paggamit. Kaya naman, nakikita mo silang kumikilos nang pabaya at lumalala, sumusugod sa kailaliman ng hindi pantay na pagsasama, maling paggamit ng kanilang sekswalidad, paghabol sa pera, at nabibigo sa kanilang mga karera dahil hindi nila natutunan kung paano wastong gamitin ang matalas na kutsilyo ng kanilang hinasa sa akademya. Bilang resulta,

hinihiwa nila ang kanilang sarili at nagdudulot ng pinsala sa
.kanilang sarili

Kakatwa, maraming kabataan ang tila nasisiyahan sa mga aktibidad na sa huli ay nagdudulot sa kanila ng pinsala at sakit. Ang ilan ay nagnanakaw at gumagawa ng iba pang mga pagkakamali, maging ng mga kriminal na gawain, nang walang anumang pagpipigil o panghihikayat. Ang mga hindi napipigilan ang pagkalat ng bisyo sa lipunan ay naghihikayat sa maling pag-uugali ng ilan. Ang bawat taong may konsensya at tunay na pananampalataya ay dapat maging isang mabuting halimbawa sa iba sa mga tuntunin ng integridad, katapatan, dignidad, at respeto sa sarili. Ang mga paaralan, kolehiyo, unibersidad, at mga institusyong panlipunan ay hindi nagbibigay ng sapat na siyentipikong pamamaraan upang mabawasan ang krimen sa pamamagitan ng pagtugon sa mga ugat nito, na .pangunahing matatagpuan sa isipan

Dapat ding itatag ang mga espesyal na paaralan upang ituro ang sining ng isang masaya at matagumpay na buhay, upang mapaunlad ang potensyal ng isang tao at mapahusay .ang sariling kakayahan

Ang mga paaralang ito ay magiging parang mga hardin at parke kung saan lumalaki at umuunlad ang mga batang isipan. Ang mga tagapagturo ay dapat na maingat na piliin at tiyaking mayroong kooperasyon ng mga magulang at komunidad. Ang mga paaralang ito ay makakatulong sa paghubog ng mga indibidwal nang mas epektibo. Dapat tandaan na ang espirituwal na pagkain ng isang tao sa kanilang mga unang yugto ay tumutukoy sa kanilang .kalusugan at kakayahang lumago sa hinaharap

Ang mga pamamaraan ng pagsasanay sa pag-iisip at pisikal na ginagamit sa mga modernong paaralan ay walang alinlangang kapaki-pakinabang, ngunit kulang ang mga ito sa espirituwal na pundasyon. Kung walang pag-unlad ng

mabuting pagkatao, ang paglago ay hindi magiging
.kumpleto

Ang mga agham ng pisikal, mental, at espirituwal na
pag-unlad ay dapat ituro sa mga kabataan na ang mga isip
ay malambot at nababaluktot pa at ang mga kapangyarihan
.ay hindi pa nagagamit sa ilang partikular na paraan
Pagkatapos ng komprehensibong pagsasanay, ang mga
mag-aaral ng mga paaralang iyon ay dapat sumailalim sa
patuloy na mapanuring pagsusulit, at ang mga sertipikong
makukuha ay mabuting kalusugan, mabuting reputasyon,
kahusayan, materyal at espirituwal na kayamanan,
.kaligayahan, tagumpay, at tiwala sa sarili

Ang mga resulta ng pangwakas na pagsusulit sa
pagtatapos ng paglalakbay na ito sa lupa ay matutukoy ayon
sa kabuuang kabuuan ng mga nakamit sa pag-iisip at
espirituwal at mga sertipiko na nakuha sa mga sub-
.pagsusulit sa buong buhay

Ang mga magtatagumpay sa huling at pinakadakilang
pagsubok na ito ay tatanggap ng isang sagradong sertipiko
ng kasarinlan at isang malaya, dalisay, at masayang
.konsensya

At mga pagpapalang nakaukit magpakailanman sa
pahina ng kaluluwa
Ang pambihirang premyong ito ay hindi mapapalitan ng
mga gamu-gamo
At hindi ito maaabot ng mga kamay ng mga
magnanakaw

O kaya'y buburahin ito ng panahon
Ito ay magsisilbing pasaporte
Para sa honorary membership sa Righteous Group

Saan nakasalalay ang kaligayahan?

Ang Diyos, sa Kanyang lubos na awa, ay ipinagkakaloob sa atin ang Kanyang kagalakan at inspirasyon

At nagbibigay ito sa atin ng totoong buhay

Tunay na karunungan

At tunay na kaligayahan

Ang tunay na pag-unawa ay nagmumula sa lahat ng iba't ibang karanasan sa ating buhay

Ngunit ang kaluwalhatian ng Diyos ay nahahayag lamang sa espirituwal na kapayapaang nararanasan ng kaluluwa at sa taimtim na pagtatangka ng isipan na makiisa sa Kanya. Doon, tayo ay nakaharap nang harapan sa katotohanan. Sa labas, ang mga ilusyon ay napakalakas, at kakaunti lamang ang makakatakas sa impluwensya ng panlabas na kapaligiran. Ang mundo ay nagpapatuloy sa walang katapusang kasalimuotan at hindi mabilang na mga pagsubok. Ang tinig ng Diyos ay nasa likod ng mga anyo ng buhay, patuloy na tumatawag sa atin at nagsasalita sa atin mula sa mga bulaklak, banal na kasulatan, ating mga konsensya, at sa pamamagitan ng lahat ng magagandang bagay na nagpapahalaga sa buhay.

Habang mas nakatuon tayo sa mga panlabas na bagay, mas kaunti ang ating mararanasan na panloob na kaluwalhatian; at habang mas bumabaling tayo sa loob, mas kaunti ang mga panlabas na paghihirap na ating kinakaharap. Ito ay isang palaging ekwasyon. Ngunit karamihan sa mga tao ay hindi natatanto ang katotohanang ito dahil sa impluwensya ng makamundong pakikisama, ang lipunang kanilang ginagalawan, at mga hindi malusog na gawi. Ang lipunan ay nagpapanatili sa isang tao na nakalubog at abala sa mga mababaw na bagay, na pumipigil sa kanila na pagnilayan ang mas malalalim na katotohanan.

Kahit ang mga espirituwal na lugar ay binibisita ng ilan nang walang tunay na pagnanais na makinabang mula sa kanilang pinagpalang kapaligiran, kaya wala silang natututunan mula sa mga pagbisitang iyon.

Sinumang nagnanais na makita ang Diyos ay matatagpuan Siya sa lahat ng dako. Ang mga ugali ng tao ay mapanira, mandaragit, at gutom na gutom; sinisira, sinisira, at winawasak ng mga ito. Panahon na para matutunan ng sangkatauhan kung paano maging masaya at makuntento sa kung anong mayroon ito. Hindi tayo dapat maghangad ng higit pa sa dumarating sa atin. Ang Diyos ay mapagbigay; Alam Niya ang ating kailangan at ibinibigay ito sa takdang panahon. Hindi ito nangangahulugan na dapat tayong umasa sa Diyos nang walang pagsisikap. Hindi talaga. Nangangahulugan ito na dapat nating gawin ang ating bahagi sa abot ng ating makakaya at iwanan ang iba sa Diyos, na hindi kailanman mag-aalis sa atin ng ating kailangan at nararapat.

Ang pinakamahusay na paraan upang maging maligaya magpakailanman ay ang madama ang presensya ng Diyos. Ang ating pinakamataas na hangarin ay ang makilala ang Diyos at ang magpasiyang makasama Siya. Ang Diyos ang dapat unahin at pangunahin sa ating mga iniisip at nararamdaman, at dapat natin Siyang ituring na pinakamalakas at pinakamatatag na haligi sa ating buhay.

(Kaya't kumapit nang mahigpit sa lubid ng Diyos, na nagpapakupkop sa Kanya)

Sapagkat siya ang haligi kung sakaling mabigo ang lahat ng iba pang haligi

Napagtanto ko na ang tanging layunin ng buhay ay ang makilala ang Diyos. May mga taong maaaring hindi kumbinsido na ang paghahanap sa Diyos ang sukdulang layunin ng buhay. Ngunit walang sinuman ang maaaring tumanggi na ang layunin ng buhay ay ang makahanap ng kaligayahan. At sinasabi ko nang may lubos na kumpiyansa at katiyakan na ang Diyos ang sukdulang kaligayahan. Siya ang pinakamataas na kaligayahan. Siya ang ganap, pangkalahatang pag-ibig. Siya ang walang hanggang kagalakan na hindi umaalis sa mga kaluluwa ng mga taong nakikiisa sa Kanya. Kaya bakit hindi natin sikaping makamit ang perpektong kaligayahang iyon? Walang ibang makapagbibigay nito sa atin. Dapat nating patuloy na linangin at pangalagaan ito sa ating sarili. Ang mga puwersa ng kalikasan ay walang pagod na nagsisikap na bigyan ang mga tao ng makamundong kasiyahan, ngunit ang mga panandaliang kasiyahang ito ay humahantong sa panghihinayang, kapaitan, at pagsisisi. Kahit ang pinakamapalad na tao, na tila mayroon ng lahat, ay maaaring hindi pa rin tunay na masaya. Hindi sila masisiyahan sa mga bagay sa lupa nang matagal dahil ang mga bagay na ito ay hindi nakakapawi ng kanilang tunay na uhaw o nakakabusog sa kanilang espirituwal na pagkagutom.

Ang mga materyal na ari-arian ay nag-aalok lamang ng maling pakiramdam ng kapayapaan at panandaliang kasiyahan. Ang mundo sa kabuuan ay nababalot ng kalituhan at kaguluhan, na pinapagana ng makasarili at sakim na mga pagnanasa na nagbubunga ng digmaan. Wala nang iba pang lumilikha ng digmaan.

Ang tunay na bayani sa laban ng buhay ay ang siyang sumasakop sa kanyang sarili at nagwawagi sa kanyang mga pagnanasa. Ang pera, katanyagan,

kalibugan, at lahat ng bagay na sumasalungat sa prinsipyong ito ay nakakasira sa ating kapayapaan at kaligayahan. Kung matututo ang mga tao na laging mag-isip ayon sa mga tunay na halaga ng buhay, matatagpuan nila ang kaligayahang hinahanap nila, ngunit naliligaw sila sa kanilang layunin at natatangay ng agos ng mga makamundong pagnanasa. Natuklasan ko na walang tukso ang makapaglilihis sa akin mula sa landas na aking pinili at sinundan para sa aking sarili.

Maaari kong maakit ang libu-libo gamit ang kapangyarihang ibinigay sa akin ng Diyos, ngunit ang landas na iyon ay makakasama sa akin. Sa anumang kaso, hindi ko nais na maakit ang libu-libo at mabihag ang kanilang mga isipan. Ang nais ko lamang ay makita ang mga tapat na disipulo na matatag sa Diyos. Ang mga nagmamahal sa Diyos ay masisiyahan sa mga ideyang ito, at ang mga patuloy na may sigasig ay makakaramdam ng mga pagpapala at presensya ng Diyos sa pamamagitan ng mga turong ito.

Imposibleng linlangin ng isang tao ang Diyos, sapagkat Siya ay laging naroon, nalalaman ang nasa kanilang isipan at ang kanilang ninanais. Kapag tinalikuran nila ang mundo at hinahangad ang espirituwal na pagkakasundo, ang Diyos ay lalapit sa kanila. Kapag ang pagnanais na iyon ay nag-ugat sa puso ng taong naghahanap nito, ang Diyos ay lalapit sa pusong iyon at pupunuin ito ng kabutihan at pagpapala. Ang tanging bagay na sulit mabuhay ay ang maging kasundo ng Diyos at makamit ang Kanyang pabor. Ang pagkakasundong iyon ay dapat na isang walang hanggang tipan at isang hindi masisira na pangako (yaong mga tumutupad sa tipan ng Diyos at hindi ito sinisira).

Lahat ay naghahangad ng mas maraming kayamanan kaysa sa iba. Kahit na makuha na nila ito, nananatili pa rin silang hindi nasisiyahan, at natutuklasan na may ibang taong mas mayaman. Ang mga tao ay nabubuhay sa isang lusak ng paghihirap na dulot ng sarili nilang mga hangarin. Dapat tayong makuntento sa kung anong mayroon tayo. Ang mga materyal na ari-arian ay hindi nagdudulot ng kaligayahan; sa halip, kadalasan ay pinalalaki nito ang mga pagkabalisa, pag-aalala, at pangamba.

Ang landas patungo sa Diyos ang pinakasimple at pinakamadaling landas, ngunit kakaunti ang lumalakad dito sa kabila ng maraming ritwal at pormalidad ng relihiyon. Mas mainam na ibaling ang ating mga puso sa Diyos at hilingin sa Kanya ang pinakamabuti at pinakamatagal para sa atin. Sa katotohanan, hinihintay tayo ng Diyos dahil nais Niya tayong ilayo sa kasamaan at panganib. Gusto Niya tayong makasama Siya sa ating mga puso at isipan dahil ang mga murang bagay ng mundong ito ay hindi kayang masiyahan ang pananabik ng tao o punan ang espirituwal na kawalan na nararamdaman natin sa kaibuturan. Ang Diyos ay palaging nagsasalita sa atin, ngunit kakaunti ang nakakarinig sa Kanyang tinig. Ang mahinang boses na iyon ay kadalasang natatabunan ng ingay ng maingay na mga kaisipan at tahasang mga pagnanasa. Ngunit kapag humupa ang mga kaisipan at nagnanais ng katahimikan, naririnig natin nang malinaw ang tinig ng Diyos, kahit na ito ay tahimik at mahina. Tunay nga, ginagawa ng Diyos ang lahat upang tulungan ang sangkatauhan, binubuksan ang mga pinto at binibigyang-liwanag ang mga landas upang makita natin kung saan tayo dapat humakbang, upang hindi tayo matisod o madulas.

Ngunit hindi natatanto ng karamihan sa mga tao ang katotohanang ito.

Ayokong isipin ng mga tao na makakamit nila ang kaalaman sa pamamagitan lamang ng pakikinig sa iba o pagbabasa ng mga libro. Dapat nilang ilapat ang kanilang nababasa at naririnig. Mas mainam ang pagpunta sa mga lugar ng pagsamba kaysa sa pananatili sa bahay at pakikinig sa mga walang kabuluhang usapan. Ngunit kahit sa mga lugar ng pagsamba, dapat madama ng isang tao ang presensya ng Diyos sa kanilang puso at malaman kung paano ito maranasan. Ang mga pagsabog ng emosyon at makatuwirang pagsusuri ay hindi makapagbibigay sa atin ng kaalamang hinahangad ng ating mga kaluluwa na makamit.

Kapag isinuko natin ang ating mga sarili sa Diyos at nagpaalam sa mga makasariling pagnanasa, at kapag natitiyak natin na ang Diyos ay laging kasama natin, nananahan sa ating mga kaluluwa at nagbibigay-inspirasyon sa atin ng mabuti at marangal na mga kaisipan at damdamin, magkakaroon tayo ng kaligayahan at kalayaan, at masasaksihan natin ang pagsikat ng karunungan sa abot-tanaw ng kaluluwa.

Isipin mo! Ilang dekada mula ngayon, ang ating mismong pag-iral ay magiging isang panaginip lamang, at lahat ng ginagawa natin ngayon ay magiging bahagi ng pangarap na iyon. Kahit ang pinakadakilang mga pigura ng sangkatauhan ay magiging mga kathang-isip lamang ng kamalayan ng tao. Ngunit naabot ng mga dakilang pigurang iyon ang kanilang sukdulang layunin dahil naabot nila ang pinakamataas na antas at nananatiling buhay sa espiritu, lubos na may kamalayan at kamalayan sa lahat ng nangyayari, dahil sila ay nagkakaisa sa banal na kamalayan. Sinumang sumusubok na makiisa sa

kanila sa pamamagitan ng kanilang mga kaisipan at turo ay tiyak na mararamdaman ang kanilang presensya, matatanggap ang kanilang mga pagpapala, at malalaman sa kaibuturan na sila ay tunay na nakikipag-ugnayan sa kanila.

Ang buhay ay isang dakilang panaginip. Ngunit, kapag tiningnan mo ang iyong katawan ngayon at nakita itong masigla at puno ng buhay, lubos kang nakukumbinsi sa katotohanan ng panaginip na ito. Iniisip mo na kailangan mong makamit ito o ang bagay na iyon upang maging masaya. Ngunit gaano man karaming mga hangarin ang iyong natutupad, hindi mo matatagpuan ang kaligayahan sa pamamagitan ng mga ito. Habang mas marami ang nakukuha ng isang tao, mas maraming ninanais ang isang tao. Ang mga hangarin ay dapat salain, at gawing simple ang buhay kung nais ng isang tao na mamuhay nang ginhawa, katahimikan, at panloob na kasiyahan.

Sinasabi ng mga banal na kasulatan na ang taong ang mga hangarin ay laging dumadaloy papasok (patungo sa kanilang kaluluwa) ay isang taong may mataas na panloob na kapayapaan. Dito, sila ay parang dagat, na hindi nagbabago o nababawasan, ngunit nananatiling puno ng tubig na walang humpay na dumadaloy dito. Ngunit ang taong lumilikha ng mga butas ng pagnanasa sa imbakan ng kanilang kapayapaan at hinahayaang tumagas at masayang ang mahahalagang tubig ay walang alam tungkol sa espirituwal na kapayapaan at panloob na kaligayahan.

Kailangan natin ng patnubay mula sa mga nakakakilala sa Diyos, na may kakayahang makipag-ugnayan sa Kanya at may kamalayang madama ang Kanyang presensya. Hiniling sa atin ng mga propeta

na hanapin ang Diyos sa panloob na kapayapaan, sa pag-iisa ng kaluluwa kung saan nananahan ang tapat na espiritu at ang sukdulang espirituwal na kagalakan. Sinusuportahan din ng mga naliwanagang guro ng India ang mga ideyang ito at binibigyang-diin ang kahalagahan ng malalim na pagmumuni-muni upang maunawaan ang Banal na Sarili sa kaibuturan ng kaluluwa.

Ang lahat ng bagay na umiiral ay parang alon na bibrasyon na pinapatnubayan ng isipan ng Diyos. Ang matalinong bibrasyon na ito ay ang Banal na Espiritu, o ang tapat na Espiritu, na maaaring makipag-ugnayan sa pamamagitan ng panalangin at meditasyon.

Sa katahimikan ng iyong kaluluwa at sa kakahuyan ng iyong nakatutok na isipan, ang pag-ibig sa Ganap at sa Walang Hanggan ay walang hanggan. Ngunit mahirap hanapin ang Diyos kung pera muna ang ating hahanapin. Dapat nating gawing mahalagang bahagi ng ating buhay ang Diyos, at saka natin makukuha ang lahat ng kailangan natin sa buhay na ito. Sinumang gawing permanenteng lugar ang Diyos sa kanilang puso, bibigyan sila ng Diyos ng masaganang bahagi ng mga biyaya ng lupa at langit, at bubuksan sa harap nila ang malawak na abot-tanaw kung saan sumisikat ang mga araw ng karunungan, na nagbibigay-liwanag sa kanilang mga landas at nagtataboy sa kadiliman sa kanilang paligid. Ang Diyos ang walang hanggang mangingibig, at walang kaligayahan para sa sangkatauhan maliban kung mahal nila ang Diyos tulad ng pagmamahal nila—kahit papaano—sa kanilang pinakamamahal na mga mahal sa buhay, dahil kung wala ang Diyos, hindi natin malalaman ang diwa ng pag-ibig, ni malalasap ang tamis nito.

Dapat nating matutunang gamitin ang ating kalooban at itaon ang ating isipan upang hanapin ang Diyos nang buong puso. Ang mga kilos ng tao ay idinidikta ng mga pagnanasa, at ang mga gawi na ito ay patuloy na nagtutulak sa atin na gawin ang ayaw nating gawin. Tunay nga, ang tao ay sarili niyang kaaway, walang kamalay-malay. Hindi niya alam kung paano umupo nang tahimik, ni hindi niya inilalaan ang oras sa Diyos, ngunit ninanais niya ang kaligayahan at garantisadong pagpasok sa Paraiso nang walang pagkaantala. Ang sagradong karanasan ay hindi makakamit sa pamamagitan lamang ng pagbabasa ng mga libro, pakikinig sa mga sermon, o paggawa ng mabubuting gawa. Ang lahat ng ito ay walang alinlangang kapaki-pakinabang, ngunit hindi sapat. Ang pag-abot sa Diyos ay nangangailangan ng masusing konsentrasyon at malalim na pagmumuni-muni.

Dapat muna nating hanapin ang pabor ng Diyos. Hindi natin maaaring pasayahin ang lahat, dahil imposible iyon. Sinisikap kong huwag masaktan ang sinuman. Ginagawa ko ang aking makakaya, at iyon lang ang magagawa ko. Ang tanging layunin ko ay pasayahin ang Diyos. Ginagamit ko ang aking mga kamay upang manalangin nang may pagpapakumbaba sa harap Niya, ang aking mga paa upang hanapin Siya sa lahat ng dako, at ang aking isipan upang isipin Siya at pagnilayan ang Kanyang mga kababalaghan. Ang Diyos ang dapat na unang nasa ating mga puso upang maranasan natin Siya bilang kapayapaan, pag-ibig, pag-unawa, kabaitan, habag, at karunungan. Ito, at wala nang iba pa, ang aking pinarito upang magpatotoo at magsalita sa inyo.

Bukod sa pagninilay-nilay, dapat ding magkaroon ng mabuting pakikisama. Hindi natin dapat habulin ang mga tao, kundi ang Diyos. Kung makakahanap ka ng pakinabang sa mga kaisipang ito, ituring mo itong isang biyaya mula sa Diyos, sapagkat ang lahat ng papuri ay sa Kanya. Ibahagi ang mga ito sa iba upang matagpuan nila sa mga ito ang iyong matatagpuan (At tungkol naman sa biyaya ng iyong Panginoon, sabihin mo ito). At huwag mong kalimutang tumulong sa iba araw-araw ayon sa iyong kakayahan. Hangga't may pera ako sa aking bulsa, hindi ako titigil sa pagbibigay, sapagkat ang aking walang-ubos at patuloy na umaagos na pinagmumulan ay ang Diyos.

Panghuli, dapat nating makilala ang Diyos tulad ng ginawa ng mga dakila. Ito ay posible sa pamamagitan ng pagmumuni-muni at personal na pagsisikap.

Minsan, naglalakad ako sa labas ng ermitanyo, iniisip ang aking dakilang guro, si Sri Yuktiswar, na pumanaw ilang taon bago nito, nakaramdam ako ng matinding pananabik para sa kanya at nalungkot ako na wala siya sa tabi ko upang tamasahin ang kagandahan at kapaligiran ng ermitanyo. Bigla siyang nagpakita sa akin mula sa langit at sinabing, "Sa tingin mo ba ikaw lang ang nasisiyahan sa magandang lugar na ito? Nasisiyahan din ako rito tulad mo!"

Ang naghahanap na nagnanais ng pakikiisa sa Diyos ay dapat magsikap sa pamamagitan ng pang-araw-araw na pagsasanay ng meditasyon at pagmamahal sa Kanya, at pagpapaabot ng pagmamahal na iyon sa lahat. Ito ang tanging paraan upang maiwasan ang alitan. Mahalaga ang espirituwal na kooperasyon. Kung walang tunay na espirituwalidad, walang indibidwal o pangkalahatang

kaligayahan. Ang sagradong pagkakasundo ang tanging solusyon sa lahat ng pisikal, pinansyal, kasal, moral, at espirituwal na problema.

Ang kaligayahan ay nagmumula sa pakiramdam na malapit sa Diyos. Ikinulong ng sangkatauhan ang sarili sa likod ng mga rehas ng kamangmangan, at panahon na upang makalaya mula sa nakakahiyang bilangguan ito. Ang isip ay dapat laging nakatutok sa Diyos, anuman ang mga pangyayari, at sa gayon ay makakaranas ka ng malaking kapayapaan at kagalakan.

Ang mga nananabik sa Diyos at nag-aalay ng kanilang pagkatao sa Kanya, naghihikayat at nagbibigay-liwanag sa isa't isa, at patuloy na nag-aalaala sa Diyos, ang siyang masasaya sa mundong ito at ang mga nagwagi ng kaligayahan sa Kabilang Buhay.

Sumainyo ang kapayapaan

Ang kurtina ay tatayo at magliliwanag

Bawat isa sa atin ay nilikha ayon sa wangis ng Diyos. Nagmula tayo sa Kanyang banal na Espiritu, at ang Kanyang esensya ay nananahan sa atin sa lahat ng kadalisan, kaluwalhatian, at labis na kaligayahan nito. Ang sagradong manang ito ay isang hindi magagaping kuta. Ang paghatol ng isang tao sa kanyang sarili bilang isang makasalanan, na nahihirapan sa mga landas ng kasalanan, ay isa sa mga pinakamalaking kasalanan sa lahat. Sapagkat sa paggawa nito, hinahatulan nila ang kanilang sarili sa kawalan ng kakayahan, kawalan ng pag-asa, at kawalan ng kakayahang bumangon at umakyat. Totoo na ang isang tao ay maaaring gumawa ng mga gawaing taliwas sa mga batas ng kalikasan at banal, ngunit dapat silang agad na magbago ng landas at

lumiko sa tamang landas. Sa kanilang dalisay na kalikasan,
ang isang tao ay isang sagradong templo, at ang banal na
.Espiritu ay nananahan sa kanila

Dapat nating laging tandaan na mahal tayo ng Diyos
nang wagas at walang kondisyon. Ngunit dahil binigyan Niya
tayo ng ganap na pagpipilian na lumapit sa Kanya o
tumalikod sa Kanya, hinihintay Niya na maipahayag natin
ang ating pagnanais para sa Kanyang pag-ibig bago Siya
.lumapit sa atin

Minsan ay narinig ko ang kanyang tinig na bumubulong
habang nagmumuni-muni: "Sinasabi mong wala ako sa iyo,
ngunit hindi ka tumingin sa loob. Hindi kita iniwan kahit
isang sandali. Pumasok ka sa templo ng kaluluwa at makikita
mo ako. Sapagkat ako ay laging narito, upang tanggapin ka
".at batiin ka ng pagbati ng banal na pag-ibig
Ang malalim na katapatan ay mahalaga sa espirituwal
na landas. Sa kadalisayan at katotohanan, sumisikat ang
.bukang-liwayway ng kaluluwa

Ang ating karunungan bilang tao ay walang-wala
kumpara sa Diyos. Ang tanging paraan upang mapalapit
tayo sa Kanya ay sa pamamagitan ng pagbibigay sa Kanya
ng parehong dalisay na pagmamahal na ipinagkakaloob Niya
.sa atin

Lahat ay makakatagpo ng kaligtasan sa kalaunan,
ngunit ang mga nabibigo sa daan ay mahuhulog sa
kailaliman ng kawalang-malasakit. Ang kawalang-malasakit
ay humahadlang sa atin na mapagtanto ang
napakahalagang kahalagahan ng paghahanap sa Diyos
ngayon din, sa mismong sandaling ito. Ang ating dakilang
planetang Daigdig, na lumulutang sa kalawakan, at ang
ating pagkakakilanlan bilang tao, ay hindi ibinigay sa atin
upang gumugol ng ilang taon dito at pagkatapos ay maglaho
sa kawalan. Sa halip, tayo ay nilalayong magnilay-nilay nang

malalim at unawain ang misteryo ng pag-iral. Ang mabuhay
nang hindi nauunawaan ang layunin ng buhay ay
kahangalan, katangahan, at pag-aaksaya ng oras. Ang mga
misteryo ng buhay ay nakapalibot sa atin sa lahat ng panig,
at pinagkalooban tayo ng Diyos ng katalinuhan upang
.mahanap ang kanilang mga solusyon

Sa aking paghahanap ng pangmatagalang pag-ibig,
napagtanto ko na mahal ako ng Diyos sa lahat ng paraang
maiisip. Mahal Niya ako bilang isang ina, isang ama, at isang
.kaibigan

Hinanap ko ang walang hanggang kaibigan na higit pa
,sa lahat ng kaibigan

At tungkol sa dakilang mangingibig na ngayon ay
nakikita kong nagniningning sa bawat uri at mapagmahal na
mukha. Ang banal na kaibigang iyon ay hindi ako binigo, ni
.hindi niya ako binigo kailanman

Ang Diyos ang nasa likod ng lahat ng umiiral. Dapat
nating igalang at tratuhin nang mabuti ang ating mga
magulang, ngunit dapat nating mahalín ang Diyos nang
buong puso at kaluluwa. Dapat nating kilalanin ang
kahalagahan ng isang mahalagang koneksyon sa Kanya,
.nang hindi na nagsasayang pa ng oras

Kapag tayo'y natutulog, hindi natin alam kung
magiging pa tayo o hindi. Isa-isa tayong aalis sa mundong
ito. Ngunit ang kaisipang ito ay hindi dapat magdulot ng
pagkabalisa. Kapag tayo'y namatay, tayo'y tinatawag na
ipanganak na muli sa mundo, magsimula ng isang bagong
.buhay mula sa kung saan tayo tumigil dito

Nakikita ko ang buhay bilang ang pagbuo at
pagkatunaw ng mga alon sa ibabaw ng karagatan. Ang alon
ng tao ay umaangat mula sa ibabaw ng banal na karagatan
sa pagsilang nito, at sa kamatayan, ito ay nananatili sa puso
ng Diyos. Naunawaan ko ang katotohanang ito at alam kong
hindi ako tunay na namamatay, sa kabila ng pagkamatay ng
katawan. Sapagkat ako man ay nagpapahinga sa karagatan

ng banal na espiritu o gising sa pisikal na katawan, ako ay kaisa ng kosmikong karagatan. Ang pinakamataas na kaligayahan ay hindi matatagpuan sa mundo. Kasabay nito, hindi natin kailangang tumakas sa kagubatan upang maghanap ng layunin. Mahahanap natin ang Diyos sa gubat na ito ng pang-araw-araw na buhay—sa kailaliman ng yungib .ng katahimikan

Maaaring magkamali ang mga tao, ngunit hinubog sila ayon sa wangis ng banal na espiritu. Nilikha ng Diyos ang mapanlinlang na mundong ito ng mga kalayawan sa lupa para sa iisang layunin lamang: upang mapagtanto ng sangkatauhan na ito ay isa lamang kosmikong drama, talikuran ang mga ilusyon, at mahalin ang Diyos lamang. Ito ang katotohanan, at hindi ito maaaring maging iba. Bakit tayo nilikha ng Diyos upang mahalin ang ating mga kapamilya para lamang makita silang lumalayo sa atin nang isa-isa? Nangyayari ang mga pangyayaring ito upang mapagtanto natin na ang Diyos ang tunay na nagmamahal .sa atin, higit pa sa lahat ng ating minamahal

Ang buhay ay isang serye ng mga gumagalaw na imahe, ngunit ang katotohanang ito ay mahirap unawain dahil ang mga ilusyon ay tila totoo at ang mga katotohanan ay tila mga ilusyon. Ang mundo ay nawawala sa ating kamalayan tuwing gabi habang tayo ay natutulog, marahil upang .maunawaan natin na ang pisikal na uniberso ay hindi totoo. Ang aral na ito ng pagtulog ay hindi para takutin tayo, kundi para sabikin tayo sa katotohanan ng Diyos. Walang makakapagbigay-kasiyahan sa kaluluwa maliban sa Diyos at sa Kanyang pag-ibig. Ang Espiritu ng Diyos ang walang kapantay na katotohanan. Walang bagay na hindi totoo, at ang totoo ay hindi maaaring maging hindi totoo. Nauunawaan ng matalino ang nagniningning na .katotohanang ito

Maraming taon na ang lumipas sa ating buhay, at mga taon, linggo, araw, at oras na lamang ang natitira. Bakit pa

tayo mag-aaksaya ng oras sa mga bagay na hindi kapaki-pakinabang? Dapat nating hangarin na kumonekta sa Diyos araw at gabi, at maging lubos na tapat sa hangaring ito bago maubos ang itinakdang oras ng buhay at lisanin natin ang mundong ito nang walang nagagawang anumang .mahalagang bagay

Sa sandaling iyon, nakita ko ang dakilang liwanag ng Diyos na bumabalot sa lahat ng nilikha. Kay laking !kagalakan! Kay kamangha-manghang liwanag Diyos ko, nagpapasalamat ako at yumuyuko sa iyo para sa masaganang mga biyayang ito ng pagdadama ng iyong presensya

Mga pagpapala sa lahat sa parehong paraan, upang matanto namin na Ikaw ang sukdulang katotohanan sa sansinukob at Ikaw ang aming sukdulang layunin, na wala .nang iba pang layunin na lampas dito

Dapat natin Siyang mahalín at kausapin sa bawat segundo ng ating buhay—sa trabaho at sa pamamahinga, sa paggalaw at katahimikan—nang may malalim na pagsusumamo at nag-aalab na pananabik. Kung magkagayon ay makikita natin ang pagbangon at paglalaho ng lambong ng ilusyon. Ang Diyos ay kasama natin sa bawat sandali ng ating buhay. Ang mga nagninilay-nilay at nakikiisa sa Kanya ay nakikita Siya sa kagandahan ng mga bulaklak, sa kadakilaan ng mabubuting kaluluwa, sa dakila at marangal na mga emosyon, at sa magagandang panaginip. Sa wakas, Siya ay lalabas mula sa likod ng makakapal na lambong upang sabihin sa bawat taimtim na :naghahanap

Matagal na tayong nagkahiwalay dahil gusto kong" ibigay mo sa akin ang iyong pagmamahal nang kusa. Nilikha kita ayon sa aking wangis, at naghintay ako hanggang sa gamitin mo ang iyong kalayaan at ibigay sa akin ang iyong ".pagmamahal nang kusa

Dapat nating hilingin sa Diyos na ipagkaloob sa atin ang walang hanggan at pangmatagalang kaloob ng Kanyang banal na pag-ibig Ngunit sino ang makakahanap sa mapagmahal na Diyos na ito nang walang pagsisikap? Kung gugulin mo ang 25 porsyento ng pagsisikap, ang natitira ay nasa Diyos at sa iyong espirituwal na gabay. Wala akong hinihiling para sa aking sarili, sapagkat ang lahat ng papuri ay sa Diyos, ang pinagmumulan ng lahat ng kabutihan at biyaya. Sumaiyo nawa ang Kanyang biyaya, sumaiyo ang Kanyang kamalayan, at madama mo nawa ang kasaganaan .ng Kanyang presensya sa loob mo at sa paligid mo

Hindi tayo agad sinasagot ng Diyos dahil nag-aalangan tayong ipakita kung gaano natin Siya hinahangad. Hindi tayo dapat matakot na lumapit sa Kanya, bagkus ay ituring Siyang atin, ating Minamahal, at hanapin Siya nang walang humpay gamit ang ating mga iniisip, kilos, puso, at isipan, at matatagpuan natin Siya ang pinakadakilang kanlungan ng .seguridad at kapayapaan sa buhay na ito

O Panginoon, iniaalok ko sa Iyo ang palumpon ng mabubuting kaluluwa, upang kanilang palamutian ang templo ng Iyong presensya. Samahan ang mga kaluluwang ito, na Iyong pamilya at Iyong minamahal. Inaawit namin ang Iyong banal na pangalan. Alisin ang kadiliman ng kamangmangan gamit ang Iyong banal na liwanag. Alisin ang dilim sa aming mga isipan gamit ang nagniningning at walang hanggang liwanag ng Iyong pagkatao. Kami ay sa Iyo, anuman ang aming mga kalagayan. Ipahayag ang Iyong Sarili sa amin, O Panginoon ng Kamahalan at Kasaganaan. Pagpalain mo ang bawat isa sa amin. Tanggapin ang mga bulong ng aming mga nananabik na kaisipan at ang mga nananabik na tibok ng aming mapagmahal na mga puso. Sa Iyo ay iniaalok namin ang lahat ng pagmamahal, karangalan, at pananabik, sapagkat Ikaw ang aming Minamahal at lahat .ng aming pag-aari sa sansinukob na ito

Pagpalain mo kami ng Iyong biyaya Gibain mo ang mga
pader ng pagnanasang naghihiwalay sa amin sa Iyo Maging
banal na Hari na nakaluklok sa lahat ng aming mga mithiin

Nawa'y kumalat ang liwanag ng Iyong kaluwalhatian sa
malawak na mundo Pagpalain mo kaming lahat Punuin mo
kami ng halimuyak ng Iyong presensya At ipabatid mo sa
amin na Ikaw ay palaging kasama namin, Ikaw ay kasama
namin ngayon, at Ikaw ay makakasama namin
magpakailanman

Nagpapasalamat kami sa biyaya at pagmamahal na
ipinagkaloob Mo sa Iyong mga tapat na tagasunod na
nananabik sa Iyong kalapitan at sabik na naghihintay sa
Iyong presensya. Umaasa kami na ang bilog ng Iyong mga
alagad ay lalago upang maipagdiwang namin ang Iyong
.pinagpalang presensya at magalak sa Iyong kalapitan
Pagpalain mo kami upang mabuksan namin ang aming
mga puso sa isa't isa at dalisayin ang aming mga intensyon,
upang kami ay maging karapat-dapat sa iyong proteksyon at
pangangalaga. Ihayag mo ang iyong sarili, sa loob at labas,
pag-isahin mo kaming lahat, at sa liwanag ng pagkakaisang
iyon, hayaan mong kilalanin namin ang iyong natatanging
.pag-iral

Taglay ang katapatan ng aming nagkakaisang mga puso
at ang pananabik ng aming magkakasundong mga kaluluwa,
nagpapatirapa kami sa Iyo, hinihingi ang Iyong tulong,
patnubay, at ang patuloy na pagkaalam sa Iyong presensya
.sa aming mga kaluluwa

Nawa'y magningas nang maningning ang walang
hanggang apoy ng pag-ibig sa aming mga puso, at nawa'y
madama namin ang Iyong kalapitan sa amin ngayon at
!magpakailanman, O aming Panginoon, O aming Minamahal

Kataas-taasang pagnanasa at mga kapsula sa pag-iisip
**Dakila ang kaluwalhatian ng Diyos. Siya ang diwa
ng katotohanan at matatagpuan sa buhay na ito. Sa**

puso ng mga tao ay maraming panalangin at pagsusumamo: para sa pera, katanyagan, kalusugan —lahat ng uri ng panalangin. Ngunit ang panalangin na dapat unahin at pangunahin sa bawat puso ay ang madama ang presensya ng Diyos. Habang tinatahak natin ang mga landas ng buhay nang tahimik at may katiyakan, dapat nating mapagtanto na ang Diyos ang sukdulang layunin na makapagbibigay-kasiyahan sa atin at makakatupad sa ating mga hangarin, sapagkat sa Diyos nakasalalay ang sagot sa bawat pananabik ng puso.

Kapag hindi mo matupad ang isang hangarin sa pamamagitan ng iyong sariling pagsisikap, ikaw ay lumalapit sa Diyos sa panalangin. Kaya, ang bawat pagsusumamo na iyong binibigkas ay nagpapakita ng isang nakatagong pananabik sa loob. Ngunit kapag natagpuan mo ang Diyos, lahat ng pagnanasa ay naglalaho, at lahat ng mga kahilingan ay natutupad.

Ang mga makamundong pagnanasa ay nagmumula sa mga maling akala tungkol sa layunin ng buhay. Ang mundong ito ay hindi ang ating tunay na tahanan. Sinasabi sa atin ng mga banal na kasulatan na tayo ay sa Diyos, na tayo ay nilikha ayon sa Kanyang wangis, at ang Kanyang kalooban ay ang pagbabalik natin sa ating banal na pinagmulan. Ang hindi natatanto ng sangkatauhan ay maliban kung ito ay bumalik sa kanyang banal na pinagmulan, mapipilitan itong magsumikap upang matupad ang hindi mabilang na mga pagnanasa. Isipin mo nga! Totoo na hindi maiwasan ng mga tao na magkaroon ng mga pagnanasa, at walang masama sa pagkakaroon ng mga ito. Gayunpaman, karamihan sa mga pagnanasa ng tao ay humahadlang sa katuparan ng sukdulang pagnanais na bumalik sa Diyos. Kaya, ang mga ito ay nakakapinsala sa kaligayahan ng tao.

Maliban kung ang sangkatauhan ay magnanais sa Diyos at matagpuan Siya, patuloy itong mag-aalab sa pananabik para sa anumang iniisip nitong magdudulot ng kaligayahan. Ngunit ang agarang katuparan ng lahat ng mga pagnanasa ay awtomatikong dumarating sa mga nakakahanap sa Diyos.

May dalawang kategorya ng mga pagnanasa: ang mga tumutulong sa atin na mahanap ang Diyos, at ang mga humahadlang sa atin na mahanap Siya. Halimbawa, kung may nagkasala sa iyo, maaari kang makaramdam ng pagnanais na maghiganti.

Gayunpaman, kung malalampasan mo ang pagnanais na ito sa pamamagitan ng paggamit ng mas mataas at mas katanggap-tanggap na kapangyarihan ng pag-ibig, nagamit mo na ang mismong kasangkapan na makakatulong sa iyo na mahanap ang Diyos. Lahat ng pagnanasa ay dapat matupad sa marangal na paraan, dahil kapag natupad ang mga ito sa pamamagitan ng makamundong pamamaraan, dumarami ang mga pagnanasa, kasama ang mga problema at pagdurusa. Kung matututo tayong ialay ang lahat ng ating mga pananabik sa Diyos, gagawa Siya upang matupad ang ating mabubuting pagnanasa at lipulin ang ating mga mapaminsala at mapanirang pagnanasa. Walang mas dakilang proteksyon kaysa sa isang malinis na konsensya, at walang mas mainam na depensa laban sa mga dagok ng buhay kaysa sa pagkakaroon ng marangal at dakila na mga pagnanasa.

Kapag napagtanto natin na ang perpektong imahe ng Diyos ay nananahan sa atin, lahat ng ating mga hangarin ay natutupad. Sa banal na kamalayang iyon, na nakahihigit sa lahat ng kayamanan at kayamanan sa lupa, hindi ka matitinag kahit ibigay mo ang buong mundo. Ang papuri ay hindi magdudulot ng

pagmamalaki sa iyo, ni sisi sa iyo, sapagkat matitikman mo ang kagalakan ng Diyos sa iyong sarili, at iyon ang magiging pinakamahalagang konsiderasyon sa iyong buhay.

Dapat muna nating hingin ang patnubay ng Diyos sa ating mga pagtatangka na makamit ang ating mga lehitimong hangarin, at iyon ang pinakamahusay na paraan upang makakuha ng mga sagot sa lahat ng ating mga panalangin. Ngunit ang pagsusumamo ay dapat alisin sa panalangin. Ang lumang paraan ng panalangin ay dapat baguhin, at dapat tayong bumaling sa Diyos nang may ganap na tiwala at matibay na pananampalataya na dinirinig Niya tayo at ipagkakaloob ang ating mga kahilingan. Hindi nais ng Diyos na talikuran natin ang ating kalooban—kahit na tayo ay nananalangin sa Kanya—dahil ang kaloobang iyon ang pinakamahalagang regalo na natanggap natin mula sa Kanyang mapagpalang kamay, isang sagradong karapatan na inilaan Niya para sa atin mula pa sa sandali ng ating paglikha.

Natural lamang na dapat makilala ang pagkakaiba ng makatwiran at hindi makatwirang mga panalangin at hangarin. Tandaan na ang hangarin ay kapangyarihan; kung kakapit ka sa isang hangarin—mabuti man o masama, kapaki-pakinabang o nakakapinsala—at pinag-iisipan mo ito araw at gabi, mangyayari rin ito kalaunan. Kaya naman, dapat maging maingat at iwasan ang pagkimkim ng mga mapaminsalang hangarin, dahil matutupad ang mga ito at magdadala ng matinding pinsala at di-kanais-nais na paghihirap.

Sa paglipas ng panahon, matutuklasan mo na kahit na natutupad ang iyong mga hangarin, nananatiling walang laman ang iyong puso, at makakaranas ka ng panloob na paghihimagsik. Isipin

na mahina ang iyong sistema ng pagtunaw, ngunit hinahangad mo ang mga pritong pagkain. Siyempre, makakaramdam ka ng sakit tuwing kakainin mo ang mga ito, sa kabila ng kasiyahang nararanasan mo habang nagpapakabusog. Kaya, madarama mo na parang nagkamali ka. Ang karunungan ay nagdidikta ng paggamit ng pag-unawa upang makilala ang mabuti at masamang pagnanasa, at kapag nakamit na ito, ang mga maling pagnanasang iyon ay hindi dapat matupad. Ang mga tao ay nagtataglay ng panloob na kapangyarihan ng pag-unawa at dapat itong palaging gamitin, ginagabayan ang kanilang buhay ayon sa mga utos ng konsensya, na siyang tinig ng Diyos.

Mga hangaring hindi natupad ay nananatili sa puso. Anong masama sa pagkukubli ng mga ito roon? Narito ang sagot:

Ang bawat pagnanasa ay binubuo ng mga partikular na puwersa: mabuti man o masama, o pareho. Kapag ang isang tao ay namatay—kaawaan siya ng Diyos—ang mga puwersang ito ay hindi namamatay sa kabila ng pagkabulok at pagkabulok ng katawan. Sa halip, sinasamahan nila ang kaluluwa saanman ito magpunta sa anyo ng mga purong espirituwal na kapsula. Kapag ang tao ay muling isinilang sa isang bagong pagkakatawang-tao, ang mga kapsula o psychic tablet na ito ay nagpapakita bilang mga tendensiya sa pag-uugali. Kaya, ang isang taong namatay na isang alkoholiko ay nagdadala ng pagkahilig sa alkohol kapag muling isinilang, at ang tendensiyang ito ay nagpapatuloy hanggang sa malampasan nila ang pagnanasa sa alkohol. Nalalapat din ito sa iba pang mga bagay.

Kahit ang pinakamaliit na bata ay nagpapakita ng mga katangiang nakuha mula sa mga nakaraang buhay. Ang ilang mga bata ay dumaranas ng

matinding pag-aalburuto. Ang iba ay may masamang ugali. Siyempre, hindi sila nilikha ng Diyos sa ganitong paraan. Ang mga hindi natupad na pagnanasa mula sa mga nakaraang buhay ang humubog sa mga sikolohikal na tendensiyang ito, at dahil sa mga ito, ang kaluluwa ay tila medyo kakaiba, kahit na ito ay nilikha sa dalisay na wangis ng Diyos. Kung ang wangis ng Diyos ay nabaluktot sa loob ng isang tao sa buhay na ito, maging sa pamamagitan ng galit, takot, o pagnanasa, at ang mga katangiang ito ay hindi nalampasan ngayon, kung gayon ay muling isisilang ang mga ito kasama ang mga ito (o muling isisilang ang mga ito kasama ang mga ito), na dinadala ang pasanin ng mga kahabag-habag na tendensiyang ito hanggang sa malampasan nila ang mga ito sa mga ito o sa hinaharap na mga pagkakatawang-tao. Walang pagtakas mula sa mga ito hanggang sa malampasan ang mga ito.

Kaya naman, mas mabuting tuparin ang lahat ng pagnanasa ngayon o kaya'y lupigin ang mga ito.

Ang pinakamahusay na paraan upang maalis ang mga ganitong pagnanasa nang minsanan at magpakailanman ay sa pamamagitan ng pagdanas ng sukdulang banal na kagalakan. Kung hindi, ang mga pinipigilang pagnanasang ito at hindi natupad na mga pananabik ay magmumulto at magpapahirap sa kaluluwa.

Dapat mapagtanto ng isang tao, sa pamamagitan ng pag-unawa at karunungan, na ang Diyos lamang ang may kakayahang magkaloob ng dalisay at pangmatagalang kaligayahan

Kadalasan, ang mga pagnanasa ay nananatiling nakatago sa walang malay. Maaaring isipin mong naglaho na ang mga ito, ngunit hindi pa; ito ay isa sa

mga misteryo ng buhay, na isa ring malaking misteryo.

Ngunit ang misteryo ay naglalaho kapag sinusuri natin ang buhay at pinagninilayan ang kahulugan nito. Kung uupo ka nang tahimik sa loob ng maikling panahon bawat araw at susuriin ang iyong sarili, matutuklasan mong mayroon kang maraming hindi natutupad na mga pagnanasa. Ang mga pagnanasang ito ay parang mga nakamamatay na mikrobyo na dala-dala ng isang tao saanman sila magpunta, kapwa sa buhay na ito at sa kabilang buhay.

Ang pinakamahusay na paraan ay ang pag-unawa —sa pamamagitan ng matalinong pagpili—sa mga mapaminsalang pagnanasa sa buhay na ito at ituon ang iyong mga pagsisikap sa pagtupad sa iyong mabubuting pagnanasa. Kung nakakaramdam ka ng pagnanais na magpakamatay o gumawa ng anumang mali, dapat mong alisin ang pagnanasang iyon ngayon. Kumbinsihin ang iyong sarili, sa isip at gawa, na mayroon kang kislap ng kabanalan sa iyong kaluluwa, at tandaan na ikaw ay nilikha sa wangis ng Makapangyarihan sa lahat, at samakatuwid ay mayroon kang kapangyarihang malampasan ang iyong pisikal na kalikasan at mga gawi.

Maging mas malaya sa mga luho at mas malayo sa mga pagnanasa, at mananaloka sa laban ng buhay. Kung ikaw ay dumaranas ng matinding sakit, sikapin hangga't maaari na ilayo ang iyong sarili mula sa pisikal na kamalayan. Sa pamamagitan ng pag-unawa, malalampasan mo ang mga pandama. Ang matalinong pag-unawa ay ang apoy na sumusunog sa mga mapaminsalang pagnanasa at mapanirang mga gana, na ginagawang abo ang mga ito.

Karaniwang gawain ng mga tao ang pag-iimbak ng mga luma, sira-sira, at hindi kinakailangang mga

bagay sa isang sulok ng bahay, at paminsan-minsan ay linisin at linisin ang bahay. Gayundin, sa sulok ng iyong subconscious mind ay maraming mga pagnanasa na may nakatagong pinsala, na maaaring magdulot sa iyo ng malaking problema balang araw kung hindi mo ito haharapin nang maayos.

Mahalaga ang pagsusuri sa sarili sa landas na espirituwal. Maaari kang maging mapoot, magagalitin, o mabilis magalit. Kung gayon, ang mga katangiang ito na nakaimbak sa iyong kamalayan ay resulta ng iyong mga nakaraang pagkilos. Upang linisin ang iyong isipan mula sa makalat at luma na mga muwebles na ito, dapat kang magsimula sa positibo at nakabubuo na mga aksyon at linangin ang pagmamahal sa iba. Kung mas mahal mo ang mga tao, mas mamahalin ka nila, at mararamdaman mo ang kanilang pagmamahal. Ngunit kung pupunahin mo sila, kahit sa iyong sarili, mararamdaman nila ang kritisismong iyon at ibabalik ito sa iyo nang mas malakas!

Kung sakaling namatay na ang isang matandang kaaway, ngunit nagkikimkim ka pa rin ng sama ng loob at poot sa kanya, magdurusa ka dahil sa kapaitan na ito, at ang mga mapaminsalang epekto nito ay makikita sa iyong katawan at isipan. Mas mabuting patawarin mo siya alang-alang sa Diyos, dahil sa paggawa nito, mapapalaya mo ang iyong sarili mula sa masasamang pagnanasa ng paghihiganti na sumisira sa iyong kapayapaan ng isip at sumisira sa iyong katahimikan. Ang pagbubunton ng poot sa poot, o pagtugon sa poot nang may poot, ay hindi lamang nagpapatindi sa poot ng iyong kaaway sa iyo kundi nilalason din nito ang iyong sariling katawan at emosyon bilang resulta. Kaya magpatawad nang may magandang pagpatawad.

Paminsan-minsan, kailangang iwanan ng isang tao ang lahat ng bagay upang mapag-isa, upang mapagnilayan ang layunin ng buhay. Karamihan sa mga tao ay naaanod sa agos ng mga tradisyon at moda. Sa katotohanan, hindi nila tunay na namuhay nang mag-isa, kundi sa buhay ng mundo. Ano ang kanilang nakamit, at saan sila napunta?

Samakatuwid, makabubuting paminsan-minsan ay ilayo ng isang tao ang kanyang sarili sa pang-araw-araw na mga gawain at "tungkulin" upang pakalmahin ang kaguluhan ng kanyang isipan at subukang maunawaan ang diwa nito at matukoy ang layuning nais niyang makamit.

Tandaan na ang pinakadakilang patotoo na maaari mong matanggap ay ang sa iyong konsensya: ang hindi mapagkakamalan at hindi nagkakamaling tinig ng iyong kaluluwa. Ang sinasabi sa iyo ng iyong konsensya ay kung sino ka talaga, nang walang palamuti o pagbabalatkayo.

Isipin ang kapangyarihan ni Hesukristo na nagsabi, "Ama, patawarin mo sila, sapagkat hindi nila alam kung paano gawin ang hindi nila alam"

At isipin ang dakilang Propeta na nagsabi: "Hindi ko ba sasabihin sa inyo kung ano ang makapagtataas ng ranggo ng isang tao?" Sila ay nagsabi: "Opo, O Sugo ng Diyos." Sinabi niya: "Maging matiyaga sa taong walang alam sa iyo, magbigay sa taong nagkakait sa iyo, makipag-ugnayan sa taong pumuputol ng ugnayan sa iyo, at patawarin ang taong nagkasala sa iyo."

Ang pakikinig sa tinig ng iyong naliwanagang konsensya ay magdadala ng liwanag sa iyong landas at pagpapala sa iyong buhay. Kapag nakakaramdam ka ng matinding pagnanasa sa iyong puso na tuparin ang isang hangarin, gamitin ang iyong pag-unawa at

tanungin ang iyong sarili: "Mabuti ba o masamang hangarin ang aking hinahangad na matupad?"

Maraming salik ang nagpapasiklab sa mga pagnanasa ng tao. Kapag nakakakita ang isang tao ng bagong modelo ng kotse, gusto nilang magkaroon ng katulad nito. Kapag nakakakita sila ng bagong istilo ng bahay, gusto nilang magkaroon ng katulad nito. Nagiging popular ang isang bagong trend sa fashion, at hinahangad ng mga tao na bumili at magsuot ng ganoong istilo!

Saan nanggagaling ang mga pagnanasa? Gumugol ako ng maraming oras sa pagninilay-nilay dito Kaya mo bang uriin ang lahat ng iyong mga pagnanasa? Nagawa kong pag-uri-uriin ang lahat ng mga ito at panatilihin lamang ang mabubuti At nang makamit ko ang banal na pakikipag-isa, natuklasan kong lahat ng aking mabubuting pagnanasa ay natupad nang sabay-sabay Ngayon ay may hinahangad ka, at bukas ang iyong kaluluwa ay may hinahangad na iba Ang iyong isip, na nagmumula sa Makapangyarihang Diyos, ay hindi masisiyahan ng mga kayamanan ng mundong ito, at hindi kailanman magiging ganito, dahil, mahal kong kaibigan, nawala mo ang pinakamahalaga at pinakamahalagang kayamanan ng iyong kaluluwa, ang tanging may kapangyarihang masiyahan ang iyong pananabik at tuparin ang iyong mga pagnanasa Ang nawawalang kayamanang iyon ay ang Diyos

Totoo na may ilang mabubuti o kinakailangang mga hangarin, at dapat kang magsikap upang matupad ang mga ito. Ngunit habang nagsisikap na matupad ang iyong mas maliliit na hangarin, huwag kalimutang tuparin muna ang iyong pinakadakilang hangarin sa Diyos. Ang paniniwala na ang mas maliliit na hangarin at mga tungkulin ay dapat munang matupad ay isang ilusyon at isang panlilinlang.

Naaalala ko pa rin sa simula ng aking espirituwal na paglalakbay na ako ay isang procrastinator at hindi regular na nagmumuni-muni, kahit na paulit-ulit kong sinasabi sa aking sarili na maglalaan ako ng oras para dito. Lumipas ang isang buong taon nang ganito bago ko napagtanto na hindi ko natupad ang ipinangako ko sa aking sarili. Agad akong nangako sa aking sarili na ang unang bagay na gagawin ko sa umaga ay maghugas at pagkatapos ay magnilay-nilay sa Diyos. Marami ang mga pang-araw-araw na gawain noong panahong iyon, at hindi madaling takasan ang mga ito, kahit sa maikling panahon. Kaya, nagpasya akong gampanan muna ang aking mga espirituwal na tungkulin. At sa gayon, natuto ako ng isang malaking aral: ang aking tungkulin sa Diyos ang inuuna, at saka ko lamang inaasikaso ang iba pang mga hindi gaanong mahahalagang tungkulin.

Bakit bubuksan ng Diyos ang mga pintuan ng kawalang-hanggan sa sangkatauhan kung inuuna ng sangkatauhan ang ibang mga tungkulin at pagsasaalang-alang kaysa sa Diyos? Naglagay ang Diyos ng mga espirituwal na pakpak sa loob natin at inaasahan tayong lilipad sa mga lupain ng espiritu. Ang mga pakpak na ito ay ang ating mga espirituwal na pananabik, ang ating matatayog na kaisipan, at ang ating taos-pusong pananabik para sa ating banal na pinagmumulan.

Hanapin muna natin ang Diyos. Hindi matalinong bigyan ng lubos na kahalagahan ang mga tungkulin sa lupa, sapagkat maaaring tawagin ni Azrael ang kaluluwa anumang oras, at pagkatapos, lahat ng tungkulin, pangako, alalahanin, at obligasyon ay titigil at magtatapos magpakailanman. Kaya bakit kakapit nang mahigpit sa buhay?

Iniisip ng isang tao na siya ay nagtatamasa ng seguridad at kapayapaan ng isip, ngunit biglang nawalan ng mahal sa buhay, o nawala ang kanyang kalusugan o trabaho, at ang seguridad at kapayapaan ng isip ay nasasayang!

Kay laki ng pagmamahal ko sa aking ina! Akala ko'y lagi niya akong makakasama, ngunit bigla kong natuklasan na iniwan na niya ako noong bata pa ako! Hindi natin dapat katakutan ang kamatayan, bagkus ay maging handa tayo para dito.

Ang buhay ay hindi ang tila nakikita. Huwag mong ilagak ang iyong tiwala rito, sapagkat ito ay pabagobago, mapanlinlang, at puno ng mga pagkabigo at mga nasirang pag-asa. Hindi matatagpuan ang perpekto rito. Ayokong bigyan ka ng hindi makatotohanang larawan ng buhay. Ang mundong ito ay hindi paraiso. Ito ay isang banal na laboratoryo kung saan sinusubok ng Diyos ang mga kaluluwa upang makita kung malalampasan nila ang masasamang pagnanasa gamit ang kabutihan at gagawin Siya—ibig sabihin, gagawin ang Diyos—na kanilang pinakamalaking hangarin, upang sila ay makabalik sa Kanyang kaharian.

Ang buhay ay puno ng lahat ng uri ng trahedya at komedya, mga kalamidad at kagalakan Ito ay isang malawak, patuloy na nagbabago, at masiglang tapiserya ng hindi mabilang na anyo Walang dalawang bagay na magkapareho Ang buhay ng bawat tao ay natatangi Ang bawat indibidwal ay may iba't ibang katangian, iba't ibang pag-iisip, at iba't ibang pagnanasa Kung tayo ay dumaranas ng parehong mga pagsubok araw-araw, tayo ay mapapagod at mababagot Kahit ang Paraiso, kung ito ay palaging pareho, ay mawawalan ng kaakit-akit Gustung-gusto natin ang iba't ibang uri at

pagkakaiba-iba Ang umiiral na tradisyonal na konsepto ng Paraiso ay ganap na mali Kung ito ay tunay na nakakapagod, ang mga santo at banal na tao ng Diyos ay nananalangin na bumalik sa Daigdig upang aliwin ang kanilang mga sarili! Ang Paraiso ay patuloy na binabago sa pinakakaaya-ayang paraan, habang ang Daigdig ay madalas na patuloy na binabago, ngunit sa isang nakakapagod at hindi kanais-nais na paraan

Gayunpaman, sa kabila ng katotohanang ang buhay ay nakakapagod at mahirap, karamihan sa mga tao ay nasasanay na rito, naniniwalang wala nang ibang paraan para mabuhay. Dahil hindi nila kayang ihambing ang buhay na ito sa espirituwal na buhay, hindi nila natatanto ang lawak ng sakit at pagod na nakatago sa loob ng mundong ito.

Sa totoo lang, ang buhay ay hindi totoo Ito ay libangan lamang, wala nang iba Kung paanong ang mga lumang pelikula ay paulit-ulit na ipinalalabas, gayundin ang mga lumang pangyayari ay nauulit sa iba't ibang anyo At sa kabila ng walang katapusang pagpapatuloy ng buhay, ang mga temang ipinakita sa mga nakaraang pelikula ay paulit-ulit na ipinapaulit-ulit Tunay nga, ang kasaysayan ay nauulit, at ang mga tao ay mga artifact lamang sa mga museo ng panahon.

Hayaang ilabas ng buhay ang mga sorpresa nito, tanggapin ang mga ito nang may kagalakan, pagiging obhetibo, at paglayo, nang hindi naaapektuhan ng emosyon, na parang nanonood ng pelikula. Ang taos-pusong pagtawa ay isang kahanga-hangang lunas para sa lahat ng karamdaman ng tao.

Dapat mong harapin ang buhay nang may kagaanan at ginhawa. Ito ang natutunan ko mula sa aking guro. Sa simula ng aking espirituwal na

pagsasanay sa kanyang ermitanyo, ginampanan ko ang aking mga tungkulin nang may matamlay na mukha, hindi kailanman nakangiti. Isang araw, napansin ito ng aking guro at sinabi, "Kung loloobin ng Diyos, maayos ang lahat! Nasa isang libing ka ba? Hindi mo ba alam na ang paghahanap sa Diyos ay nangangahulugan ng pagtatakip sa mga alalahanin at pagbabaon ng lahat ng kalungkutan? Huwag mong seryosohin ang buhay."

Itinuro niya sa akin na tungkulin ng tao na itaas ang kanyang isipan kaysa sa lahat ng makamundong pang-abala at problema upang matagpuan niya ang ganap na kalayaan sa Diyos.

Dapat mapanatili ang balanse sa tuwa at lungkot, tubo at pagkalugi, tagumpay at kabiguan upang harapin ang mga hamon ng buhay nang may katapangan at tiwala sa sarili.

Ang pagpapanatili ng panloob na kapayapaan sa kabila ng lahat ng pangyayari ang pinakamahusay na paraan upang malampasan ang mapanlinlang na mga pagnanasa. Ito ang natutunan ko mula sa mga dakila na hindi naapektuhan ng mga pagbabago ng panahon, ngunit nanatiling matatag at hindi nagbabago hanggang sa wakas. Maging ang mga propeta, nang sila ay pahirapan, ay hindi nawala ang kanilang sagradong kamalayan, ni hindi nila hinayaan ang sinuman na nakawin ang pag-ibig ng Diyos mula sa kanila. Ang espirituwal na kagalakan ay isang pinagpalang proteksyon at ang pinakadakilang kuta sa lahat. Sa gitna ng mga pagsubok at paghihirap, tandaan ang mga biyayang ipinagkaloob sa iyo ng Diyos. Ang iyong kaluluwa ay isang sagradong templo ng Diyos. Hindi mo dapat hayaang madumihan ng kadiliman ng kamangmangan ang dalisay na lugar na iyon. Kay gandang mapunta sa isang estado ng

espirituwal na kamalayan, pinarangalan, marangal, ligtas, at payapa! Huwag matakot at mapoot sa sinuman. Ibigay ang iyong pagmamahal sa lahat. Damhin ang pag-ibig ng Diyos at makita ang Kanyang presensya sa lahat ng tao, at hayaan ang iyong pinakamalakas na pagnanais na maging Kanyang patuloy na presensya sa iyong puso. Ito ang paraan upang mamuhay nang may kapayapaan at katahimikan sa mundong ito. Ngunit mahirap tikman ang kasiyahanang ito sa sarili hangga't ang mabangis na hangin ng mga pagnanasa ay umiihip sa oasis ng puso at marahas na inaalog ang mga puno nito.

Ang mga pagnanasa ay hinuhubog ng kapaligiran ng isang tao. Ang mga ito ay nagmumula sa ating mga pandama at nililimitahan ng mga limitasyon ng mga pananaw na iyon. Ang pagdalo sa isang perya sa kanayunan ay natutugunan ang isang pagnanais para sa ilang katuwaan, ngunit pagkatapos bumisita sa isang eksibisyong pang-world-class at makita ang lahat ng iba't ibang mga display, nawawala ang alindog at kaakit-akit ng maliit na perya. Kaya, dapat muna nating maranasan ang kagalakan ng pakikipag-isa sa Diyos upang maihambing natin ang kagalakang iyon sa mas mababang mga kasiyahan sa lupa. Kung gayon, ang mga pagnanasa ay magiging mas mataas ang kalikasan. Ang pagnanasa ay walang hanggan; kapag natupad ang isang pagnanasa ay may iba nang pumalit. Ngunit kapag nahanap mo na ang Diyos, lahat ng iyong mga pagnanasa ay natutupad.

"Hanapin muna ninyo ang kaharian ng Diyos, at ang kanyang katuwiran, at ang lahat ng mga bagay na ito ay ibibigay sa inyo (At ang nasa Diyos ay mas mabuti at mas tumatagal)" Kaya bakit hindi muna hanapin ang katuparan ng pinakadakilang pagnanasang iyon

at tanggapin mula sa mapagbigay na kamay ng Diyos ang pinakamahusay at pinakamatagal?

Kapag sinagot ng Diyos ang panalangin ng naghahanap na makilala Siya, lahat ng iba pa niyang mga hangarin ay matutupad agad at magpakailanman.

May mga taong iniisip na wala silang pagnanasa. Sige!

Napansin ko ang madalas na nangyayari kapag pumupunta ang mga tao sa palengke. Maaaring wala silang partikular na pagnanais na bumili, ngunit biglang may pumukaw sa kanilang atensyon at naiisip nila, "Ah oo, kailangan ko itong bilhin!"

Kahit hindi nila ito agad bilhin, nananatili ito sa kanilang isipan araw at gabi hanggang sa sa wakas ay mabili nila, kahit na kailangan pa nilang manghiram ng pera. Nasisiyahan sila rito nang pansamantala, ngunit unti-unting nawawala ang kaakit-akit nito at nababawasan ang saya ng pagmamay-ari nito, kaya may iba pa silang hinahangad, at iba pa.

Minsan may nakakasalubong tayong isang taong nagsasabing: "Ah, kung mayroon lang sana akong ganito at ganoong halaga ng pera (o isang espesyal na modelo ng kotse o isang swimming pool o o o)" at sa sandaling matupad ang hangaring iyon, isa na namang pananabik ang lilitaw para sa isang bagong bagay.

Ang mga pagnanasa ng tao ay likas na hindi perpekto, at samakatuwid ay hindi nila kayang makamit ang ganap na kaligayahan para sa kanilang mga may-ari.

Susubukan ng mundo na ilihis ang iyong atensyon mula sa pag-alala na ang tanging tunay na kapaki-pakinabang na hangarin ay ang mahanap ang Diyos. Ngunit dapat mong ipaalala ito sa iyong sarili araw-

araw. Kapag nagpasya ang isang tao na huminto sa paninigarilyo, tumigil sa labis na pagkain, tumigil sa pagsisinungaling, o tumigil sa pandaraya, dapat silang maging determinado sa kanilang desisyon at hindi mag-alinlangan. Ang masamang kapaligiran ay sumisira at nagpapahina sa kalooban, na lumilikha ng mga maling pagnanasa sa loob ng isang tao. Kinukuha nito ang pinakamahusay mula sa kanila at binibigyan sila ng pinakamasama. Ang mga namumuhay kasama ng mga magnanakaw ay naniniwala na ito lamang ang paraan upang mabuhay. Ngunit ang pakikisama sa mabubuting tao ay nagdidirekta sa isip patungo sa mas matataas na bagay, upang ang mga maling pagnanasa ay hindi na matukso ang isang tao. Lahat ng bagay sa buhay na ito ay maaaring magbago at magbago. Ngunit ang ilang sandali ng malalim na pagmumuni-muni o pag-aaral at pagninilay-nilay sa mga dalisay na espirituwal na paksa ay magiging isang mapagkukunan ng inspirasyon, na magdadala sa taimtim na naghahanap sa karagatan ng panlilinlang at ilusyon patungo sa mga banal na baybayin kung saan "walang pagkapagod ang hahawak sa kanila roon, ni hindi sila mapapalayas mula roon."

(Ang pinakadakilang pahinga ay inihanda para sa mga nagpakahirap, at ang hindi nag-aksaya ng anumang pagsisikap sa paghahanap ng katotohanan ay siyang nagtagumpay nito)

Ang tunay na kaligayahan ay nakasalalay sa pananabik sa Diyos at patuloy na pag-iisip sa Kanya. Sa pamamagitan ng pagtitiyaga, darating ang panahon na ang kaisipang iyon ay magiging matatag at hindi natitinag na walang pisikal, mental, o emosyonal na paghihirap ang makakapaglihis ng iyong kamalayan mula sa Diyos. Hindi ba't kamangha-

mangha ang mamuhay nang may kamalayan sa Diyos, iniisip Siya at nadarama Siya sa lahat ng oras, at manatili sa santuwaryo ng Kanyang hindi maaaklas na presensya, kung saan ang kamatayan o anumang bagay ay hindi makakaagaw ng iyong panloob na kapayapaan? (Yaong mga naniniwala at ang mga puso ay nakakatagpo ng kapahingahan sa pag-alaala sa Diyos. Katotohanan, sa pag-alaala sa Diyos nakakatagpo ng kapahingahan ang mga puso)

Kapag naging ligtas ka sa lahat ng pagnanasa, matatamasa mo ang walang hanggang presensya

Tunay ngang kakaiba ang buhay, dahil lahat ng bagay ay maaaring magbago Kaya't, hindi dapat iangkla ang barko ng kaligayahan sa nagbabagong buhangin ng buhay na ito Lilipas din ang ating panahon, at ang nakikita natin ngayon ay mawawala balang araw. Ang pagbabago ay katanggap-tanggap hangga't hindi mo ito hahayaang makapinsala sa iyo. At kapag nakapinsala ito sa iyo, ang panloob na kaguluhan na iyong nararanasan ay isang mensahe sa iyo na huwag magpadaig sa mga pagnanasa. Kapag ikaw ay ligtas sa banal na espiritu, tinatamasa mo ang lahat nang walang pagkakabit o pag-asa. Samakatuwid, ang pagsisikap na makilala Siya ay napakahalaga para sa mga nagmamalasakit; kung hindi, ang buhay ay magiging isang mapaminsalang pagkabigo, na sisira sa mga pag-asa sa isang kakila-kilabot na paraan.

Nang bumalik ako sa India noong 1935, umaasa akong mabisita ang mga lugar na minahal ko noong bata pa ako, ngunit pagdating ko, natuklasan kong nagbago na ang lahat. Ang yugto ng buhay ay muling inayos sa ibang paraan. Ang pinakamalaking pagkadismaya at pagkabigla ay dumating nang bumisita ako sa aking lumang bahay sa Aykapur,

kung saan ako naglalaro at nanonood ng mga ibon. lisa na lamang ang puno na natitira sa lahat ng aking naaalala. Ganoon talaga ang buhay! Ang mga pamilyar at minamahal na bagay ay isa-isang nawawala sa aming paningin. Handa akong ibigay ang lahat upang makita ang aming bahay tulad ng noong aking pagkabata. Gayunpaman, ipinagkaloob ng Diyos ang aking hiling, dahil kalaunan ay nakita ko ang bahay sa isang pangitain, kung saan kami ay lumangoy sa pool, at pagkatapos ay umakyat ako sa itaas, humiga sa kama, at kumain ng mangga, tulad ng ginawa ko maraming taon na ang nakalilipas.

Ang mga pagnanasa ay dapat na suriin at suriing mabuti, ayusin nang mabuti, at tanging ang mabubuti lamang ang dapat panatilihin, at kahit ang mabubuting pagnanasang iyon ay huwag hayaang pigilan ang pinakamahalagang pagnanasa para sa Diyos.

Ang pagnanasang iyon ay dapat manatiling buhay at nag-aalab, at hindi dapat hayaang maglaho o mamatay. Ang tao ay nasa ilalim ng isang malaking ilusyon kapag hinihiling niya sa Diyos na tuparin ang kanyang mga makalupang pagnanasa ngunit hindi niya hinihiling sa Kanya na ipakita ang Kanyang sarili sa kanya. Isipin ang isang bata na patuloy na hinihiling na ibigay ng kanyang mga magulang ang kanyang mga kahilingan, at kung hindi man ay hindi nagtatanong tungkol sa mga ito o iniisip ang mga ito. Iyon ay kawalan ng utang na loob at pagtanggì sa kanilang kabaitan, at doon ay may aral para sa mga nagmumuni-muni.

Kapag inilapat ang aklat na ito ng buhay, ang isa ay sasamahan lamang ng espirituwal na kaalamang natamo sa panahon ng kanyang paglalakbay sa lupa. Samakatuwid, ang Diyos ay dapat manatiling laging

nasa isipan ng isang tao, patuloy na nananawagan sa Kanya at hindi Siya kailanman kalilimutan kung ang isa ay tunay na nag-aalala tungkol sa kanyang espirituwal na kinabukasan. Kapag tayo ay nakikipag-ugnayan sa Diyos, matutuklasan natin na ang lahat ng mga hangarin ay natutupad sa isang mahiwagang paraan. Ngunit dapat muna nating hanapin ang Diyos. Siya ay mapagbigay at ibinigay sa atin ang lahat, ngunit matatagpuan lamang natin Siya kapag hindi tayo kuntento sa Kanyang mga kaloob kundi bumaling sa Tagapagbigay mismo. Makikilala natin Siya hangga't tayo ay taos-puso sa ating paghahangad, taimtim sa ating pagnanais na mapalapit sa Kanya at maranasan ang Kanyang pinagpalang presensya.

Ang pinakamalaking balakid na kinakaharap ng isang tao ay ang kanilang sariling sarili. Kapag sinusubukan nilang umupo nang tahimik at pagnilayan ang mga espirituwal na bagay, biglang lumilitaw ang mga makamundong kaisipan, na gumagambala sa kanila at pumipigil sa kanila na makamit ang kanilang layunin. Dapat nilang sanayin ang kanilang sarili na kontrolin ang kanilang mga iniisip at katawan, at sa paggawa nito, magdadala sila ng isang nadadalang paraiso sa kanilang kaluluwa. Sa buhay o kamatayan, sa langit o impyerno, ang sukdulang kaligayahang iyon ay sasamahan sila.

Dapat tayong manalangin sa Diyos nang taimtim, ibinubuhos ang ating matinding pananabik, humihingi sa Kanya sa wika ng puso, ng pananabik ng kaluluwa, at ng mga bulong ng konsensya, upang marinig Niya tayo at masagot tayo. Ngunit kung ang isang tao ay nananalangin nang bahagya at kasabay nito ay nag-iisip ng ibang bagay—isang bagay na alam ng Diyos

na hindi ang pangunahing pinag-aalala ng taong iyon —hindi Niya sasagutin.

Kailangan muna natin ang Diyos. Ngayon na ang panahon. Hindi tayo dapat maghintay, dahil ang mga ilusyon ay napakalakas. Mabilis lumilipas ang buhay, at nakakahiya ang lisanin ang mundong ito nang hindi nalalaman ang layunin ng buhay. Dapat tayong magnilay-nilay tuwing may libreng oras tayo. Kahit na hindi nasagot ang iyong mga panalangin sa simula, huwag mawalan ng pag-asa sa awa ng Diyos, ngunit patuloy na magsumamo. Manalangin nang taimtim at magtiwala na sasagutin ang iyong panalangin.

Nasaksihan ko sa buhay ko ang pinakadakilang patunay ng pagtugon ng Diyos sa panalangin. Ngunit ang ganitong tugon ay nangangailangan ng pagsisikap, sapagkat walang makabuluhang bagay ang dumarating nang walang pagsisikap. Ang pagmumuni-muni ay mahalaga upang mailantad ang mga hiwaga ng buhay at makapasok sa kaharian ng Diyos.

Ang masasamang gawi at iba pang mga pang-abala ay susubukang pahinain ang iyong mga pagsisikap at magpahina ng iyong determinasyon. Ngunit kung nais mong maging masaya, ituon ang iyong mga iniisip sa Diyos, at matatagpuan mo Siyang malapit sa iyo.

Ang mga pagnanasa para sa mga kalayawan sa lupa ay lumilikha ng isang magnetikong hatak na umaakit sa isang tao sa mundong ito, ang buhay pagkatapos ng kamatayan. Ang pagbabalik sa laman ay nagiging hindi na kailangan para sa mga natagpuan ang kanilang mga hangarin sa Diyos. Sa tuwing nais nilang matupad ang anumang pagnanasa, naiisip nila ito, at ito ay nagpapakita sa kanilang harapan. Ang aking ina ay nagpapakita sa akin

pagkatapos ng kanyang kamatayan, at ako ay naaliw nang makita ko siya at nagpasalamat sa Diyos para sa Kanyang kabutihan. Tunay nga, Siya ang Pinakamapagbigay at Pinakamaawain. Tinutupad Niya ang ating mga hangarin upang ipakita ang Kanyang pagmamahal at pasasalamat sa atin kapag binibigyan natin Siya ng unang lugar sa ating mga puso.

Kapag ang isang tao ay nakarating sa Diyos, sila ang nagiging panginoon ng buhay at tadhana. Hindi tayo dapat tumigil hangga't hindi matatag na naitatag ang banal na presensya sa ating buhay. Ipagkakaloob Niya sa atin ang lahat ng ating inaasam at susubukin Niya tayo.

Marami at malalaki ang mga pagsubok at balakid sa espirituwal na landas, ngunit habang dumadaan tayo sa mga pagsubok na iyon at nalalampasan ang mga balakid na iyon, dapat nating sabihin: “O Panginoon, sinagot Mo ang aking mga panalangin at tinupad ang aking pinakadakilang mga kahilingan, kaya't ang aking puso ay yumayaman sa Iyong presensya at ang aking kaluluwa ay nagniningning sa Iyong liwanag” Sumainyo ang kapayapaan

Pinalalawak ng altruismo ang kamalayan

Kapag nagpadala ka ng mabubuting intensyon sa iba, lumalawak ang iyong kamalayan. Kapag iniisip mo ang iyong kapwa, may bahagi ng iyong pagkatao na nalalaya kasama ng kaisipang iyon. Ngunit ang pag-iisip lamang ay hindi sapat; dapat tayong maging handa na isabuhay ang pag-iisip.

Ang kasal ay isang aral sa altruismo. Dalawang tao ang nagsisikap na magbahagi ng buhay sa isa't isa. Pagkatapos ay dumarating ang mga anak, at ibinabahagi naman ng mga magulang ang kung ano ang mayroon sila sa kanila. Ngunit ang pag-iisip lamang sa malapit na pamilya at wala nang iba (ibig sabihin, ako at ikaw o tayo lang) ay isang uri ng pagkamakasarili.

Darating ang panahon na iiwan tayo ng ating mga mahal sa buhay; iyan ang paraan ng pamumuhay. Ipinapaalala nito sa atin na ang pangunahing layunin ng sangkatauhan ay palawakin ang mga hangganan ng ating kamalayan sa pamamagitan ng pagtatrabaho para sa iba at pagbabahagi ng mga biyaya ng buhay sa kanila.

Ang altruismo ay nagdudulot ng maraming biyaya at malaking kaligayahan, sapagkat sa pamamagitan ng altruismo ay napapanatili ng isa ang kanyang sariling

kaligayahan. Ang aking layunin ay mapasaya ang iba, sapagkat ang aking kaligayahan ay nagmumula sa kanilang .kaligayahan

Hindi natin tunay na malalasap ang sarap ng tagumpay maliban kung ibabahagi natin ang ating kaligayahan sa iba. Hindi lang ang mga kapamilya ang tinutukoy ko, kundi pati .na rin ang lahat ng tao

Dapat nating isipin ang iba at tulungan sila sa abot ng ating makakaya. Hindi ito nangangahulugan ng pagpapahirap sa ating sarili, kundi pagpapakita ng tunay at palakaibigang pagmamalasakit sa iba at kahandaang .magbahagi

Dapat muna nating ilapat ang mga prinsipyo ng katotohanan sa ating sarili. Hindi natin maituturo ang altruismo sa iba kung hindi rin tayo altruistiko. Kung magsisimula tayo sa ating sarili, magiging mabuting .halimbawa tayo para sa iba

Inialay ko ang aking buhay sa paglilingkod at pagtulong sa iba. Malawakan na akong nakapaglakbay at nakapaglektura sa maraming tao. Ngunit alam kong higit akong naglilingkod sa iba sa pamamagitan ng aking mga .sulatin at turo

Dumarating ang mga tao upang makinig ng mga lektura, hindi naman kinakailangang dahil sa tunay na pagmamahal. Dumarating ang mga tao para sa inspirasyon at espirituwal na kaginhawahan. Ngunit gusto ko ng mga kaluluwang naghahanap ng katotohanan, na nagmamahal sa Diyos. Kaya naman nakatuon ako, at patuloy na nakatuon, .sa pangangailangang magnilay-nilay sa Diyos

Ang lahat ng seryoso at matiyagang naghahanap sa kanilang espirituwal na hangarin ay magtatagumpay kung .magpapatuloy sila nang may pagnanasa at pagsusumikap

Dapat nating mahalin ang Diyos nang buong puso, buong pag-iisip, buong kaluluwa, at buong lakas, at mahalin ang ating kapwa gaya ng ating sarili

Ano ang ibig sabihin ng pagmamahal sa Diyos nang
buong puso, buong pag-iisip, buong kaluluwa, at buong
?lakas

Ang puso ay nangangahulugang pakiramdam, ang isip
ay nangangahulugang konsentrasyon, ang kaluluwa ay
nangangahulugang malalim na espirituwal na pagkakasundo
sa pagmumuni-muni, at ang lakas ay nangangahulugang
.pagtutuong ng lahat ng ating enerhiya sa Diyos

Nangangahulugan ito ng pagmamahal sa Diyos nang
buong damdamin, nang buong pokus sa pagmumuni-muni,
sa pamamagitan ng paglilipat ng enerhiya o kapangyarihan
ng buhay mula sa materya patungo sa espiritu, at sa
pamamagitan ng paglilipat ng atensyon mula sa katawan
.patungo sa Diyos

Hindi posibleng mahalín ang Diyos nang walang
pagmumuni-muni, dahil sa pamamagitan lamang ng
pagmumuni-muni natin matatanto ang ating espirituwal na
kalikasan bilang isang kaluluwa na walang hanggan at
walang hanggang nakaugnay sa Diyos na lumikha nito ayon
.sa Kanyang wangis

Dapat tayong magtayo sa ating sarili ng isang trono
para sa dakila at dakilang pag-ibig ng Diyos. Wala nang mas
mahalaga sa buhay. Walang mas mataas na ambisyon kaysa
sa mahalín Siya, ang magsalita tungkol sa Kanya, at
magbigay-liwanag sa iba upang makilala Siya. Wala na
.akong ibang hinahangad mula sa mga tao

Isang kasiyahan ang ibahagi ang aking espirituwal na
karanasan sa mga taong taimtim na naghahanap nito.
Walang makapagbibigay sa akin ng higit na kagalakan kaysa
sa pakikipag-usap sa kanila tungkol sa Diyos at pagtulong sa
.kanila na maranasan ang Kanyang presensya

Kahanga-hangang mahalín ang Diyos at mahalín ang
Kanyang mga lingkod. Kapag nasumpungan natin Siya,
nadarama natin ang Kanyang pagmamahal sa lahat. Walang

kapangyarihang hihigit pa sa kapangyarihan ng pag-ibig sa
.sansinukob

Nakikita ko ang Kataas-taasang Panginoon na
nakaluklok sa kalangitan at karagatan at sa trono ng aking
kamalayan, nakikita ko Siyang naroroon sa loob ko at sa
mga kaluluwa ng lahat, at niyayakap ko Siya sa lahat ng
Kanyang walang hanggang anyo at manipestasyon sa
.paglikha

Kung hindi dahil sa pagiging makasarili, paraiso sana
ang mundo

Kung isusuko ng mundo ang masasamang
pagkamakasarili nito, makakakita tayo ng paraiso sa
.mundong ito

Ang mga binhi ng digmaan ay nasa puso ng masamang
kalooban at pagkamakasarili. Ang mga unang tao ay unang
gumamit ng mga pamalo na bato, na kalaunan ay naging
mga pana at palaso, upang protektahan ang kanilang
sariling pagkamakasarili mula sa pagkamakasarili ng iba.
Kalaunan, naimbento ang mga riple at pistola, pagkatapos
ay mga machine gun, at kasunod nito ay mga bomba at
poison gas—lahat ay upang protektahan ang
pagkamakasarili ng isang grupo ng mga tao mula sa
.pagkamakasarili ng iba

Ang mapanirang potensyal ng sangkatauhan ay lumago
at umunlad nang higit pa sa nakabubuo nitong potensyal.
Ang malignant na pigsa na ito—ang pigsa ng masamang
pagkamakasarili—ay kalaunan ay sasabog. Ngunit
nakalulungkot, maraming buhay ang mamamatay bago
magising ang sangkatauhan at mapagtanto na ang
nasyonalistikong pagkamakasarili ay hindi gaanong
nakakapinsala kaysa sa personal na pagkamakasarili. Ang
isang bansa ay pangunahing binubuo ng maliliit na grupo, at
ang mga grupong iyon ay binubuo ng mga indibidwal; dapat
.magsimula sa sarili

Dahil sa nakasusuklam na pagkamakasarili, sumiklab ang mga digmaan, nagugulo ang balanse ng ekonomiya, at .nananaig ang resesyon at pagkatapos ay ang depresyon Ang mga hangganan sa pagitan ng mga bansa ay hindi nakatakda, at ang mga pamahalaan ng mundo ay napapailalim sa patuloy na pagbabago

Ang pagiging makasarili na naghahangad ng kaligayahan nang walang pagsasaalang-alang sa mga karapatan at kaligayahan ng iba, o yuyurak sa mga karapatan at interes ng iba para sa sarili nitong mga layunin, .ay lumilikha ng kahirapan, kalungkutan, at paghihirap

Ang pagpapayaman sa sarili sa kapinsalaan ng iba ay isang malaking pagkakamali. Ang Komunismo, na sa panlabas na paraan ay nangangako sa masa ng kasaganaan at kasaganaan, ay hindi magtatagumpay at balang araw ay babagsak dahil ito ay nakabatay sa pamimilit at pagsupil sa mga personal na kalayaan (Paalala: Ang lekturang ito ay ibinigay ni Master Paramhansa noong 1937, at ang konklusyong ito ay tunay ngang natupad!)

Itinataguyod ng mga dakilang tao ang altruismo batay sa isang taos-pusong espirituwal na pagnanais na magbigay

Kung ang isang tao ay nakatuon lamang sa kanilang mga kamay at paa at napapabayaan ang kanilang ulo, ang utak ay hindi gagana upang gabayan ang mga kasanayang motor. Ang lahat ng mga tungkulin ng katawan ay dapat na koordinado. Gayundin, ang mga isipan (mga gumagawa ng desisyon) sa mga bansa at lipunan ay dapat na makipagtulungan sa mga kamay at paa (ang mga manggagawa), dahil kung ang mga interes ay magbabanggaan, ang kaayusan ay masisira, ang kaguluhan .ay mananaig, at ang pagdurusa ay magreresulta

May dalawang guro sa mundo. Ang sinumang tumatanggap sa Diyos bilang kanyang gabay at tagapagturo ay walang dapat ikatakot. Ang sinumang tumatanggap kay

Satanas bilang kanyang pinuno at gabay ay magdurusa
.nang labis

Ang pangunahing salita para sa karamihan ng mga tao
sa buhay na ito ay "ako". Ang mga may espirituwal na
disposisyon at hilig ay iniisip ang iba tulad ng pag-iisip nila
sa kanilang sarili. Ang mga iniisip lamang ang kanilang sarili
ay nagdudulot sa kanilang sarili ng poot at hinanakit ng mga
nakapaligid sa kanila. Ngunit ang mga isinasaalang-alang
ang damdamin at interes ng iba ay natutuklasan na iniisip
sila ng iba at isinasaalang-alang ang kanilang mga
.damdamin

Kung mayroong isang daang tao sa isang bayan, at ang
bawat isa ay nagtatangkang mang-agaw mula sa iba, ang
bawat isa ay magkakaroon ng siyamnapu't siyam na
kaaway. Ngunit kung ang bawat isa ay magtangkang
tumulong sa iba, ang bawat isa ay magkakaroon ng
.siyamnapu't siyam na kaibigan

Namuhay ako nang ganoon at walang nawala sa
pagbibigay sa iba. Sa katunayan, lahat ng ibinigay ko ay
bumalik sa akin na pinarami ng biyaya ng Diyos. Ngayon ay
wala na akong hinahangad pa dahil ang taglay ko sa
kaibuturan ko ay mas dakila at mas mahalaga kaysa sa
anumang maiaalok ng mundo. Ang tunay na hinahanap ng
isang tao ay kaligayahan, at kapag nakamit na ang
kaligayahan, ang pangangailangan para sa mga
.pangyayaring humahantong dito ay nawawala

Wala akong bank account dahil ang tanging garantiya
ko sa mundong ito ay ang mabubuting damdamin ng mga
tao para sa akin. Hindi ako naniniwala sa anumang ibang
garantiya sa mundo. Ang tunay na kayamanan ay nasa
.pamumuhay sa puso ng mga kapatid at kaibigan

Kapag tayo ay altruistiko, tayo ay nagiging masaya. At
kung gagamitin natin ang pamamaraang ito, ang iba sa
ating paligid ay maiimpluwensyahan ng ating pag-uugali at
susubukang tularan tayo. Dapat nating alisin ang pagiging

makasarili, na siyang ugat ng lahat ng kasamaan ng bawat
.indibidwal at pambansang bansa

Ang santo ay itinaas sa ere

**Mula sa aklat na "Ang Pilosopiya ng India sa
Buhay ng isang Yogi"**

**"Kagabi, nakita ko si Yogya na nakabitin ng ilang
talampakan sa ere"**

**Gamit ang kawili-wiling pariralang iyon, sinimulan
ng aking kaibigang si Upendra Mohan Chaudhry ang
kanyang talumpati.**

**Masigla siyang ngumiti at sinabing, "Marahil ay
nahulaan mo na ang pangalan niya: hindi ba't ang
tinutukoy mo ay si Bhaduri Mahasaya na nakatira sa
itaas na rotunda?"**

**Tumango si Upendra bilang pagsang-ayon, kahit
medyo nadismaya siya na hindi sa kanya nakarating
ang balita. Alam ng mga kaibigan ko kung gaano ako
ka-curious tungkol sa mga santo, at lagi silang
masaya na ipakilala ako sa isang bago.**

**Nagpatuloy ako, at sinabing, "Napakalapit ng
bahay ng yogi sa bahay namin, at palagi ko siyang
binibisita."**

**Ang mga salita ko ay pumukaw ng malaking
interes kay Upendra, dahil kitang-kita ang interes sa
kanyang mukha, at idinagdag ko:**

**"Nakita ko siyang gumawa ng mga mahimalang
gawa. Pinagkadalubhasaan niya ang walong
pamamaraan ng paghinga ⁽¹⁾ ng sinaunang yoga na
naitala ng pantas na si Patanjali ⁽²⁾. Isang araw,
isinagawa ni Bhaduri Mahasaya ang Bhastrika
Pranayama sa harap ko nang may kamangha-
manghang kapangyarihan kaya't pakiramdam ko ay
parang isang malakas na bagyo ang dumaan sa silid!
Pagkatapos, pinatahimik niya ang mabagyong
hiningang ito at nanatiling hindi gumagalaw sa isang**

estado ng kahanga-hangang kamalayan ⁽³⁾. Ang kapaligiran ng kapayapaan na sumunod sa bagyong ito ay napakalinaw at hindi malilimutan."

May bahid ng hindi paniniwala ang boses ni Upendra nang sabihin niya, "Nabalitaan ko na hindi umaalis ng bahay ang santo, totoo ba iyon?"

Sumagot ako: "Oo, iyan ang totoo! Nanatili siyang nakakulong sa kanyang bahay sa nakalipas na dalawampung taon. Gayunpaman, niluluwagan niya ang mga paghihigpit ng mahigpit na batas na ipinataw niya sa kanyang sarili noong aming mga banal na pista opisyal, at lumalakad sa gilid na daan kung saan nagtitipon ang mga pulubi, dahil kilala si Santa Bahaduri sa kanyang mabait na puso."

Aniya: "Ngunit paano nananatiling nakabitin sa hangin ang santo, na lumalabag sa batas ng grabidad?"

Sumagot ako: "Nawawalan ng densidad ang katawan ng yogi sa pamamagitan ng pagsasanay ng ilang mga ehersisyo sa paghinga ng pranayama, at pagkatapos ay maaari siyang lumipad o tumalon na parang palaka. Kahit ang mga santo na hindi nagsasagawa ng tradisyonal na yoga ay lumulutang sa hangin habang pumapasok sila sa mga kahanga-hangang estado ng pagtaas ng pananabik sa Diyos."

Kumislap ang kuryosidad sa mga mata ni Upendra, at sinabi niya, "Gusto kong malaman ang higit pa tungkol sa matalinong taong ito. Dumadalo ka ba sa kanyang mga pagpupulong sa gabi?"

Sabi ko, "Oo, madalas ko siyang binibisita, at hangang-hanga ako sa kaniyang mabilis na pagpapatawa at kahanga-hangang karunungan. Minsan, nasisira ng aking pagtawa ang katahimikan ng pagtitipon. Bagama't hindi ito nababagabag ng

santo, galit akong tinitingnan ng kaniyang mga alagad!"

Habang pauwi ako galing paaralan nang hapong iyon, dumaan ako sa bahay ni Bhaduri Mahasaya at nagpasyang bisitahin siya. Ang yogi ay nanirahan nang liblib, binabantayan ng isang disipulo sa ground floor. Ang disipulong ito ay napaka-espesyal sa mga bisita at tinanong ako kung may appointment ako sa kanyang guro. Ngunit agad na lumitaw ang guro, ang kanyang mga mata ay kumikinang, kaya hindi ako agad-agad na napalayas. Sinabi niya sa disipulo:

"Hayaan mong dumating si Mukanda kahit kailan niya naisin. Ang tuntunin ng pag-iisa ay hindi para sa aking kaginhawahan kundi para sa kaginhawahan ng iba. Ang mga taong makamundo ay hindi komportable sa aming katapatan, na siyang bumabasag sa kanilang kapalaluan. Ang mga santo ay hindi lamang bihira kundi nakalilito rin. Kahit sa Banal na Kasulatan, kung minsan ay nakikita natin silang nagdudulot ng kahihiyan sa iba."

Sinundan ko si Bhaduri Mahasaya sa kanyang simpleng tirahan sa itaas na palapag, na bihirang iwan niya. Karaniwang binabalewala ng mga guro ang kinang at karangyaan ng mundo sa pamamagitan ng paglayo sa paningin ng publiko. Bihirang bigyan sila ng pansin ng mundo hangga't hindi sila matatag na nakatala sa mga talaan ng panahon, dahil ang mga kapanahon ng pantas ay hindi limitado sa mga nabubuhay sa makitid na hangganan ng kasalukuyan.

Sabi ko, "Dakilang pantas, ikaw ang unang yogi na nakilala ko na laging nasa loob ng bahay niya."

Sumagot siya, "Minsan itinatanim ng Diyos ang kanyang mga banal sa hindi inaasahang lupa upang hindi natin maisip na kaya natin silang ipasailalim sa isang partikular na tuntunin"

Ang santo ay nakaupong naka-krus ang mga paa habang nagmumuni-muni, ang kanyang masiglang katawan ay nakapatong sa posisyong lotus. Bagama't siya ay mahigit pitumpung taong gulang na, ang kanyang katawan ay hindi nagpakita ng mga palatandaan ng pagtanda o paglupaypay dahil sa matagal na pag-upo. Malakas at matangkad, siya ay perpekto sa lahat ng aspeto. Ang kanyang mukha ay may mga katangian ng isang pantas na inilarawan sa mga banal na kasulatan bilang marangal ang ulo, may makapal na balbas, laging nakaupong tuwid, ang kanyang mapayapang mga mata ay nakatuon sa Banal na Presensya.

Naupo ako kasama ang santo sa pagmumuni-muni, at pagkalipas ng isang oras ay ginising ako ng kanyang malumanay na tinig:

"Madalas kang pumapasok sa isang estado ng katahimikan, ngunit naabot mo na ba ang isang estado ng aktwal na kamalayan sa Diyos?"

Ibig ipaalala sa akin ng santo na mahalin ang Diyos nang higit kaysa sa pagmumuni-muni, at idinagdag: "Huwag mong ipagkamali ang paraan sa layunin, at huwag mong gawing layunin ang paraan"

Inalok niya ako ng mangga, at dahil sa kaniyang mabilis na pagpapatawa, na nakita kong nakakatawa sa kabila ng kaniyang seryosong ugali, sinabi niya:

"Ang pananabik ng mga tao na mapagkaisa sa pagkain ay higit na dakila kaysa sa kanilang pananabik na mapagkaisa sa Diyos"

Ang birong ito ay pumukaw ng malakas na tawa mula sa akin, at ang kanyang mga titig ay lumambot sa pagmamahal habang sinasabi niya, "Nakakatuwa!" Seryoso ang kanyang mukha ngunit may masayang ngiti. Ang kanyang malalaki, parang lotus na mga

mata ay nagtatago ng isang sagrado at panloob na ngiti.

Itinuro ng santo ang ilang makakapal na sobre sa isang mesa, at sinabing: "Ang mga liham na ito ay dumating sa akin mula sa malayong Amerika. Nakikipag-ugnayan ako sa ilang mga samahan na ang mga miyembro ay nagpapakita ng interes sa yoga. Muling natutuklasan nila ang India nang may mas mahusay na pag-unawa kaysa kay Columbus! Masaya akong tulungan sila, dahil ang kaalaman sa yoga ay libre, tulad ng liwanag ng araw, sa lahat ng naghahanap nito."

"Ang itinuturing ng mga pantas na kinakailangan para sa kaligtasan ng sangkatauhan ay hindi dapat palayain alang-alang sa kapakanan ng Kanluran. Ang Silangan at Kanluran ay magkatulad sa espiritu sa kabila ng kanilang magkakaibang panlabas na karanasan, at wala silang pag-asa ng pag-unlad at kasaganaan nang hindi nagsasagawa ng isa sa mga espirituwal na landas ng yoga."

Hinawakan ako ng santo sa kanyang mapayapang tingin, at hindi ko namalayan noon na ang kanyang mga salita ay isang nakatagong propesiya. Kahit ngayon, habang sinusulat ko ang mga salitang ito, hindi ko pa rin lubos na nauunawaan ang buong kahulugan ng kanyang tila hindi nakapipinsalang mga pahiwatig na balang araw ay dadalhin ko ang mga turo ng India sa Kanluran.

Sabi ko, "O dakilang pantas, kay gandang-ganda sana kung magsusulat ka ng libro tungkol sa yoga para sa kapakinabangan ng sangkatauhan!"

Sumagot siya, "Sinasanay ko ang mga estudyante na, kasama ang kanilang mga estudyante, ay magiging mga buhay na aklat na makakayanan ang pagkabulok, ang natural na mga pagbabago ng

panahon, at ang hindi natural na mga interpretasyon ng mga kritiko."

Nanatili kaming mag-isa kasama ang yogi hanggang sa dumating ang kanyang mga disipulo kinagabihan, nang ibigay niya ang isa sa kanyang walang kapantay na mga lektura. Tulad ng isang banayad na baha, tinangay niya ang sikolohikal na mga labi at kalat ng kanyang mga tagapakinig at inakay sila patungo sa Diyos. Ang kanyang mga kahanga-hangang talinghaga ay ibinigay sa walang kamali-mali na Bengali.

Nang gabing iyon, ginalugad ni Bhaduri ang iba't ibang pilosopikal na aspeto ng buhay ng isang prinsesang Rajput noong medyebal na nagngangalang Mirabai, na tinalikuran ang marangyang buhay sa palasyo upang hangarin ang pagiging santo. Noong una, isang kilalang asetiko, si Sanatna Goswami, ang tumangging tanggapin siya bilang isang disipulo dahil siya ay isang babae, ngunit ang kanyang tugon ay nagpaluhod sa kanya nang sabihin niya:

"Sabihin mo sa guro na wala akong kinikilalang lalaki sa sansinukob maliban sa Diyos, hindi ba't lahat tayo'y babae sa Kanyang harapan?"

(Mayroong sagradong ideya na ang Diyos ang tanging positibo at malikhaing prinsipyo sa sansinukob, at ang Kanyang nilikha ay walang iba kundi isang negatibong ilusyon)

Si Mirabai ay isang makata, at sumulat siya ng maraming tula na puno ng espirituwal na kagalakan na itinuturing pa ring kabilang sa mga kayamanang pampanitikan ng India. Isinasalin ko ang isa sa mga ito dito sa Ingles (isinalin ito sa taludtod na Arabe ni Mahmoud Abbas Masoud):

Kung ang katawan ay laging naliligo, ito ay malalaman

**Naging leon sana ako sa gitna ng
karagatan**

**Kung kakainin niya ang halaman, tiyak na
maunawaan niya**

**Buong pagmamalaki kong kukunin ang
hugis ng isang kambing**

**Kung bibilangin ang bilang ng mga rosaryo,
lilitaw na**

**Pinupuri ko ang Diyos gamit ang
malalaking butil**

**Kung magpapatirapa lang sana ang mga
idolo**

**Yumukod sana ako sa mga bundok at
mga bato**

Kung pwede lang humigop ng gatas

**Para matikman ng mga guya at mga
batang hayop**

**Kung ang pag-iwan sa asawa ay nagdudulot
ng**

**Libu-libo ang agad na kakaponin ayon sa
gusto**

Hindi sapat ang lahat ng ito para maipakita

**Hindi, at hindi nito kailanman maaalis
ang kurtina**

Magpapakita ang Diyos sa isang kundisyon:

**Pag-ibig at pananabik ng puso na parang
apoy**

**Naglagay ang ilang estudyante ng mga rupee sa
sapatos ni Bhaduri, na nasa tabi niya habang nakaupo
siya sa isang yoga pose. Ang kaugaliang handog na
ito sa India ay isang pagpapahayag ng paggalang at
pagpapahalaga, na nagpapahiwatig na inilalagay ng
estudyante ang kanyang mga materyal na ari-arian sa
paanan ng kanyang guro. Ang mababait na kaibigan**

ay isang pagpapakita ng pangangalaga at proteksyon ng Diyos sa mga minamahal Niya.

Isa sa mga disipulo ang sabik na tumingin sa kagalang-galang na guro habang paalis ito, na nagsasabing, "Tunay ngang kahanga-hanga ka, Guro! Tinalikuran mo ang kayamanan at personal na kaginhawahan upang hanapin ang Diyos at bigyan kami ng karunungan" (Dahil kilalang-kilala na isinuko ni Bhaduri Mahasya ang isang malaking kayamanan ng pamilya noong kanyang kabataan nang gumawa siya ng matatag na desisyon na tahakin ang landas ng yoga)

Sumagot ang santo, "Ngunit kabaligtaran ang ginagawa mo!" Ang mga ekspresyon ng guro ay nagpakita ng isang malumanay na pagsaway, at nagpatuloy siya, "Tinalikuran ko ang ilang rupees at panandalian at walang kabuluhang mga kasiyahan para sa pag-ibig ng isang unibersal na kaharian na ang kaligayahan ay walang hanggan at walang hanggan. Kaya paano mo masasabing mayroon akong pinagkaitan sa aking sarili? Ang mga taong may maikling pananaw sa mundong ito ang tunay na tumatalikuran! Tinatalikuran nila ang isang banal na kaharian na walang kapantay, naghahangad ng kaunting mga kasiyahan sa lupa na hindi nagpapalusog o nakakabusog sa gutom!"

Natawa ako sa magkasalungat na pananaw na ito ng asetisismo at mga asetiko: habang ang isa ay ginagawang mas mayaman at mas kilala ang mahirap na santo kaysa kay Croesus, ang isa naman ay ginagawang mga dukha ang pinakamalalaking milyonaryo sa mundo na hindi alam ang kanilang dinaranas mula sa kahihiyan ng kahirapan.

Tinapos ng guro ang kanyang talumpati sa pamamagitan ng paghimok ng matibay na

pananampalataya, na nagsasabing: “Ang banal na sistema ang namamahala sa ating mga gawain at nag-oorganisa ng ating kinabukasan nang may karunungan nakahihigit sa ibinibigay ng mga kompanya ng seguro. Ang mundo ay puno ng mga taong nababalisa na nagtitiwala sa panlabas na paraan ng proteksyon. Ang kanilang masasakit na iniisip ay parang mga peklat sa kanilang mga noo. Ang Nag-iisa, na nagbigay sa atin ng hangin at gatas mula pa noong tayo ay isinilang, ay alam kung paano ibigay sa Kanyang mga mananamba araw-araw ang lahat ng kailangan nila sa kanilang buhay.”

Ipinagpatuloy ko ang aking mga pagbisita sa santo pagkatapos ng mga sesyon ng pag-aaral, at taglay ang tahimik na sigasig na nakatulong sa akin upang mapagtanto ang banal na presensya. Isang araw, lumipat ang santo sa Ram Mohan Roy Road, malayo sa aming bahay sa Gurbar Road, habang ang kanyang mapagmahal na mga tagasunod ay nagtayo para sa kanya ng isang bagong ermitanyo na kilala bilang Tajendramath ⁽⁴⁾.

Bagama't napaaga ang aking isasalaysay sa talambuhay na ito, babanggitin ko rito ang mga huling salitang sinabi sa akin ni Bhaduri Mahasya. Ilang sandali bago ako umalis patungong Kanluran, nagpaalam ako sa kanya at mapagpakumbabang yumuko sa harap niya, hinihiling ang kanyang basbas sa pamamaalam. Sinabi niya:

"Anak ko, humayo ka na taglay ang pagpapala ng Diyos, at kunin mo ang kaluwalhatian ng sinaunang India bilang iyong kalasag ng proteksyon. Ang tagumpay ay nakasulat sa iyong noo, at ang malalayong maharlika ay malugod kang tatanggapin."

Pinagmulan: Awtobiograpiya ni Yogi (Pilosopiyang Indian sa Buhay ng Isang Yogi)

Mga talababa

(1) Ang pamamaraan ng paghinga na ito ay kilala bilang pranayama, na siyang pagkontrol sa puwersa o aktibidad ng buhay (prana) sa pamamagitan ng pag-regulate sa proseso ng paghinga. Ang Pranayama bhastrika ("kampana") ay gumagana upang pakalmahin ang isip.

(2) Si Patanjali ang pinakadakila sa mga sinaunang komentarista sa yoga

(3) Sa isang lektura noong 1928, sinabi ni Propesor Jules Bois ng Sorbonne na ang mga siyentipikong Pranses ay nagsagawa ng mga eksperimento sa mas mataas na kamalayan at kinilala ang pagkakaroon nito. Inilarawan niya ito bilang "katumbas ng walang malay na isip sa konsepto ni Freud. Ang mas mataas na kamalayang ito ay sumasaklaw sa mga talento at katangian na nagpapaging tunay na tao sa isang tao, hindi lamang isang umunlad na hayop." Nilinaw ng iskolar na Pranses na ang paggising ng mas mataas na kamalayan "ay dapat na maiba sa mungkahi o hipnosis. Ang pagkakaroon ng mas mataas na kamalayan ay kinikilala sa pilosopikal na paraan, at ito sa esensya ang mas mataas na sarili na inilarawan ni Emerson, na kamakailan lamang kinilala ng agham." Sinabi ni Emerson sa kanyang sanaysay (The Higher Soul): "Ang tao ay ang mukha ng isang templo kung saan nakasalalay ang lahat ng karunungan at kabutihan, at kadalasan ay ang tinatawag nating tao: ang taong kumakain, umiinom, nagtatanim at nagkalkula ay nagbibigay ng maling imahe ng kanyang mahalagang realidad. Ngunit ang kaluluwa kung saan siya ang instrumento at pagpapahayag kung hahayaang lumitaw ito sa pamamagitan ng kanyang mga iniisip at kilos, mapipilitan tayong yumuko dahil tatayo tayo sa harap ng espirituwal na kalikasan, at sa harap ng lahat ng banal na katangian."

(4) Ang kanyang buong pangalan ay Tajnaramath Bhaduri, at ang "math" sa Hindi ay nangangahulugang lugar ng pagsamba, na kadalasang tumutukoy sa isang ermitanyo o monasteryo. Kabilang sa mga santo na "lumutang sa kalawakan" ay si San Jose ng Cupertino, isang santo noong ika-17 siglo na ang mga pambihirang karanasan ay naitala ng mga saksi. Si San Jose ay nagpakita ng pagkamangha at

pagkamangha sa mundo, na sa katotohanan ay isang pag-alaala sa Diyos at isang malalim na koneksyon sa Kanya. Hindi siya pinayagan ng kanyang mga kapatid sa monasteryo na maglingkod sa hapag-kainan dahil baka lumipad siya palayo dala ang mga porselana. Sa katunayan, ang santo ay hindi kayang gampanan ang mga makamundong tungkulin dahil sa kanyang kawalan ng kakayahang manatiling nakatihaya nang matagal! Minsan, ang simpleng paningin lamang ng isang pinagpalang estatwa ay sapat na upang itulak siya sa patayong paglipad, kung saan masasaksihan niya ang dalawang santo—ang lalaki at ang bato—na pumapailanlang sa kalangitan.

Si Santa Teresa ng Ávila, isang santo na may espirituwal na kadakilaan, ay nakaranas din ng pagkabalisa sa pisikal na taas. Dahil sa maraming tungkuling administratibo, sinubukan niyang pigilan ang mga pagsubok sa paglipad ngunit hindi nagtagumpay, at sumulat tungkol dito: "Walang silbi ang mga hakbang kung iba ang kalooban ng Diyos." Ang katawan ni Santa Teresa, na inilibing sa isang simbahan sa Alba, Espanya, ay nanatiling buo sa loob ng apat na siglo, ang halimuyak nito ay parang mga rosas, at hindi mabilang na mga himala ang iniugnay dito.

(Ang mga himalang ito ay nagpapaalala rin sa atin ng mga nabanggit sa Banal na Qur'an at sa mga marangal na tradisyon ng Propeta, tulad ng kwento ng mga Tao sa Yungib at ang kahilingan kay Maria, kapayapaan ay sumakanya, na alugin ang tuyong puno ng palma upang ang mga hinog na datiles ay mahulog mula rito nang hindi pa panahon, at kung paano rin pinaglaanan ng Diyos si Maria, ayon sa nabanggit sa Surat Al Imran (Sa tuwing papasok si Zacarias sa santuwaryo, makikita niyang may dala siyang pagkain. Tinatanong niya, "O Maria, saan mo ito nakuha?" Sabi niya, "Ito ay mula sa Diyos") pati na rin ang kwento ni Jurayj na mananamba at ng batang lalaki na nagsalita sa duyan, at ang tatlo na pumasok sa yungib at ang bato ay lumayo sa kanila at iba pang mga himala)

Lakas ng loob at ang impluwensya ng kapaligiran

Ang mga problema at kahirapan ay nagmumula sa kawalan ng kamalayan ng isang tao sa kanilang mga nakaraang kilos, na nagawa sa isang partikular na oras at lugar. Ang kanilang kasalukuyang pagdurusa ay nagmumula sa mga kaisipan at gawa na kanilang binigkas, na nag-ugat sa lupa ng kamalayan, umusbong at namumunga ng .parehong uri ng mga kaisipan at kilos na iyon

Para sa Diyos lamang ako nabubuhay at gumagawa

Walang mga tukso o ilusyon sa lupa na umaakit sa akin Tumingin ako gamit ang mata ng karunungan at pananaw at tinusok ang mga lambong ng panlilinlang at ilusyon Dapat mo ring matanto na ang iyong pagbisita sa lupaing ito ay pansamantala lamang Narito ka para sa isang layunin: ang matuto ng mga kinakailangang aral at tulungan ang lahat ng .makakasalamuha mo sa buhay

Tuwing umaga ay hinihiling ko sa Diyos na sabihin sa akin kung ano ang gusto Niyang gawin ko, at pagkatapos ay nakikita ko Siyang kumikilos sa aking mga kamay at isipan .at lahat ay nangyayari ayon sa Kanyang kalooban

Ang mga pagsubok at paghihirap ay hindi dumarating upang sumira ng isang tao o paralisahin ang kanilang kalooban, kundi upang tulungan silang pahalagahan ang kadakilaan ng Diyos at igalang ang Kanyang mga batas, kung saan makakamit nila ang tunay na kaligayahan. Hindi ipinapadala ng Diyos ang malupit na mga pagsubok na ito dahil pangunahing gawa ng tao ang mga ito. Ang kailangan lamang sa sangkatauhan ay gisingin ang kamalayan nito mula sa pagkakatulog ng kawalang-ingat at lumabas mula sa kadiliman ng kamangmangan patungo sa liwanag ng .kaalaman

Sanayin ang iyong sarili na makaramdam ng kapayapaan, dahil habang ginagawa mo iyon, mas

mararamdaman mo ang kapangyarihang iyon sa iyong
.buhay

Mayroong mas mataas na kapangyarihan na magbibigay-liwanag sa iyong landas at magbibigay sa iyo ng kalusugan, kaligayahan, kapayapaan, at tagumpay kung .ikaw ay babaling patungo sa banal na liwanag na iyon Kadalasan, ang ating mga pandama ay nangangako sa atin ng panandaliang kasiyahan ngunit sa huli ay nagdudulot sa atin ng matagal na sakit at pagdurusa. Gayunpaman, ang tunay na kabutihan at kaligayahan ay kakaunti ang ipinapangako, ngunit sa huli ay nagbibigay sa atin ng dalisay at pangmatagalang kagalakan. Kaya naman itinuturing kong tunay na kagalakan ang panloob at pangmatagalang kaligayahan, at ang pansamantalang senswal na kasiyahan .ay mga kasiyahan lamang

Kung ang isang tao ay may masamang ugali na bumabagabag sa kanila at nagpapatulog sa kanila sa gabi, maaari nila itong alisin sa pamamagitan ng pag-iwas sa anumang bagay na maaaring mag-trigger o magpasigla dito, nang hindi ito pinagtutuunan ng pansin sa pagtatangkang supilin ito. Ito ay isang hindi direktang paraan ng paglaban dito. Ngunit mayroon ding direkta at positibong paraan: sa pamamagitan ng pagdidirekta ng mga iniisip ng isang tao patungo sa isang mabuting ugali at pagsisikap na linangin ito hanggang sa maging bahagi ito ng kanilang buhay na .maaari nilang asahan at maasahan

Ang mga taong may mabuting pagkatao ay kadalasang pinakamasaya. Hindi nila sinisisi ang sinuman sa mga problema at problemang kanilang kinakaharap; sa halip, iniuugnay nila ang mga ito sa kanilang sarili at itinuturing ang kanilang sarili na responsable. Lubos nilang nalalaman na walang sinuman ang may kapangyarihang pasayahin o guluhin sila maliban kung hahayaan nilang maimpluwensyahan sila ng mga kilos, salita, at iniisip ng iba, .positibo man o negatibo

Ang mga taong matigas ang ulo ay hindi masaya. Sila ay ganap na walang pakiramdam, tulad ng mga bato. Ang isang tao ay dapat mamuhay nang may lahat ng kanilang mga iniisip, damdamin, at pananaw, at maging alerto at mapagmasid sa lahat ng nangyayari sa kanilang paligid, tulad ng isang bihasang litratista na naghihintay ng pinakamagandang pagkakataon upang makuha ang .pinakamagagandang larawan ng pinakamagandang tanawin

Ang tunay na kaligayahan ng tao ay nakasalalay sa patuloy na kahandaan ng isang tao na matuto at kumilos nang wasto at magalang. Habang mas pinagbubuti ng isang tao ang kanyang sarili, mas malaki ang naiaambag niya sa .pag-unlad at kaligayahan ng mga nakapaligid sa kanya. Kaunti lang ang mga sumusuri sa kanilang sitwasyon at nagpapasya kung sila ay sumusulong o paurong. Bilang mga taong pinagkalooban ng pandama, karunungan, at pang-unawa, ang ating pinakamalaking tungkulin ay gamitin nang tama ang ating karunungan at mga pandama upang malaman natin kung tayo ay sumusulong o paurong. At kung paulit-ulit tayong mabigo, hindi tayo dapat mawalan ng pag-asa.

Ang pagkabigo ay dapat magsilbing katalista, hindi hadlang, sa ating pisikal at espirituwal na paglago. Ang pagkabigo ang pinakamabusap at pinakaangkop na panahon para sa pagtatanim ng mga binhi ng tagumpay. Hindi dapat mag-isip ng pagkatalo at pagkabigo, bagkus ay subukan nang paulit-ulit, gaano man karami at kabiguan ang mga nakaraang pagtatangka. Ang bawat bagong pagsisikap pagkatapos ng isang pagkabigo ay dapat na maayos na planuhin at nakapagpapasigla sa intelektwal na aspeto. Bukod pa rito, dapat magkaroon ng balanse sa pagitan ng materyal na mga mithiin at espirituwal na mga pananabik, nang hindi hinahayaang malampasan ng isa ang isa pa.

Walang tunay na espirituwal na tao ang makakayanan nang walang materyal na tagumpay. At walang sinuman ang labis na nag-aalala sa materyal na aspeto na pumipigil sa kanila na mag-isip tungkol sa Diyos at maglaan ng kinakailangang oras sa pagmumuni-muni, paglilingkod, at .mga espirituwal na tungkulin

Ang talamak na pagkabigo ay hindi pa natututo ng mga aral sa buhay at ang makasariling espiritista ay pinaparusahan ang kanyang sarili sa pamamagitan ng pagkawala ng balanseng pangkaisipan dahil sa kanyang .pagwawalang-bahala sa materyal na buhay

Kung ang isang tao ay iniaalay ang lahat ng kanyang trabaho at mga aktibidad sa paglilingkod sa iba at nagagawa ang mga ito nang may kasiyahang pag-iisip, kung gayon siya .ay tunay na karapat-dapat sa konsiderasyon at pasasalamat

Hindi tayo dapat maging isang panig lamang; sa halip, dapat nating balansehin ang ating mga gawain at unahin ang ating mga gawain at tungkulin ayon sa kahalagahan ng mga ito. Ang tungkulin ay ang ginagawa ng isang tao nang may kagalakan, hindi para sa materyal na pakinabang. Ang espirituwal at moral na tungkulin ang dapat unahin sa .buhay

Ang bawat tao ay may hindi pa nagagamit na potensyal.

Taglay nila ang lahat ng kinakailangang kalakasan. Ang isip mismo ay isang kataas-taasang kapangyarihan, at dapat itong palayain mula sa mga luma at mahigpit na gawi at .konsepto

Ang masasamang kaisipan ay maaaring humantong sa isang tao sa isang mapaminsalang kapaligiran kung saan maaari nilang ipahayag ang kanilang sarili ayon sa gusto nila. Gayunpaman, maaaring baguhin ng isang tao ang kanilang mga iniisip at kamalayan sa pamamagitan ng paghahangad, at dahil dito, ang kanilang kapaligiran. Kung ang isang tao ay mananatili sa isang mapaminsalang kapaligiran sa loob ng mahabang panahon, ang kapaligirang

iyon ay magsisimulang makaimpluwensya sa kanila nang hindi namamalayan. Sa paglipas ng panahon, kalaunan ay nawawalan sila ng kalayaan na pumili ng isang malusog at kapaki-pakinabang na kapaligiran at nagiging biktima ng mga negatibong impluwensya ng mapaminsalang .kapaligirang iyon

Ang impluwensya ng mga planeta at bituin sa buhay ng tao ay nagmumula sa ugnayan ng atraksyon at pagtatatag sa pagitan ng mga planeta at katawan ng tao. Ang mga may malakas na kalooban ay nakahanay sa Diyos at hindi naghihintay na ipagkaloob sa kanila ng mga planeta at bituin ang kanilang mga pabor. Sa halip, ipinagpapatuloy nila ang kanilang paglalakbay na parang isang tumatagos na bulalakaw, hindi naaapektuhan maliban sa gabay na bituin ng Diyos, na siyang Araw ng mga Araw at Panginoon ng .Batas at ng mga kaluluwa

Mga liham para sa gurong si Paramahansa mula sa kanyang mga disipulo

Sa Tomo XIV ng magasing Inner Culture

Mga liham na ipinadala ng kanilang mga awtor mula sa iba't ibang bansa, kung saan kinukuha namin ang mga :sumusunod

Nais kong ipaalam sa iyo na sa pamamagitan ng aking masusing pagbabasa ng iyong mga turo

Nakatanggap ako ng espirituwal na kaliwanagan

Ang lagi kong hinahanap

Ang iyong mga turo ay nagbukas ng mga pinto ng kaligayahan para sa akin

* * *

Araw-araw kong isinasagawa ang iyong mga espirituwal
na pagpapatibay

Nakikita kong unti-unting nawawala ang mga
negatibong kaisipan

Nawala na ang mga takot

Nasisiyahan ako sa bawat sandali ng aking buhay

Salamat sa iyong tulong

* * *

Maraming biyaya ang natatanggap ko

Mula sa iyong mga espirituwal na turo

Sabik akong magbasa ng iyong mga saloobin

Ginagawa ko ang lahat para mailapat ito sa buhay ko

Ang iyong mga turo ay maganda at kapaki-pakinabang

* * *

Nakikita ko sa iyong kahanga-hangang pilosopiya

Ano ang nagbibigay inspirasyon at paghanga

Ang aking taos-pusong pasasalamat sa lahat ng iyong
ipinagkaloob sa akin

Mula sa tulong at sikolohikal na ginhawa

* * *

Sobrang nakakaramdam ako ng matinding pakiramdam
na makakatanggap ako nito linggo-linggo

Sa isang bagong aral mula sa iyong mga turo

Nakakatagpo ako ng kasiyahan at kaliwanagan sa bawat
aralin

* * *

Salamat mula sa kaibuturan ng aking puso
Para matulungan akong maunawaan ang aking panloob
na sarili

At upang maipabatid sa akin ang mga nakatagong
kapangyarihan sa loob ko

At upang ipakita ang liwanag ng Diyos sa aking
pananaw

Sa pamamagitan ng mga turong natanggap ko mula sa
iyo

* * *

Naaalala ko pa rin ang pagbisita ko sa iyo
Apat na taon na siyang nasa isip ko
Naaalala ko pa rin ang iyong lubos na pananampalataya
sa Diyos

At ang iyong pagmamahal sa sangkatauhan
Nakatulong ito sa akin na makilala ang aking sarili

Noong akala ko'y ako'y nag-iisa

Wala akong mga kaibigan at walang sinumang
nakikiramay sa akin

Nagbigay ito sa akin ng tiwala sa sarili at nagpalakas ng
aking moral

Ito ang nagbigay inspirasyon sa akin upang maging
matapang sa pagharap sa mga sitwasyon sa buhay

* * *

Sa loob ng apatnapung taon
Nag-aral ako ng iba't ibang sangay ng agham at
kaalaman

Pero wala akong nakuha sa lahat ng pag-aaral na iyon
Sa isang bagay na maihahambing sa aking natutunan
mula sa iyong mga turo

* * *

Malaki ang naitutulong ko sa pagbabasa ng iyong mga
turo

Kung mas maraming tao
Pinag-aaralan at ipinapatupad nila ang iyong mga ideya
Ang mundong ating ginagalawan ay magiging
Mas mabuti kaysa sa kung ano ito

* * *

Gusto kitang pasalamatan mula sa kaibuturan ng aking
puso

Para sa mga biyayang dumating sa buhay ko
Mula nang simulan kong basahin ang iyong mga turo
nang may pokus at atensyon

Salamat, at nawa'y pagpalain ng Diyos ang iyong
kahanga-hangang mga pagsisikap

At ang iyong gawaing inialay sa paglilingkod sa
sangkatauhan

* * *

Dahil hiniling ko sa iyo na ipagdasal ang aking
tagumpay

Malaki ang naging pagbuti ng aking kalagayan
Ang aking taos-pusong pasasalamat at umaasa akong
patuloy kayong manalangin

* * *

Noong natanggap ko ang huling mensahe mo
Palaboy pa rin ako sa madilim na kagubatan ng
pagdududa
At hindi niya makita ang daan palabas ng kagubatang
iyon
Ngunit salamat sa Diyos, at sa iyong mga espesyal na
panalangin

Naging mas malinaw ang landas at mas lumakas ang
aking pananampalataya sa Diyos

Bumuti ang aking kalagayan sa lahat ng aspeto
At sana'y lagi mo akong maalala sa iyong mga
panalanging sinagot

* * *

Malaki ang naitulong sa akin ng mga turo mo
At nakakuha ako ng napakalaking benepisyo mula rito
At napatunayan ito sa akin ng mga matibay na
ebidensya
Ang bisa ng iyong mga espirituwal na pagpapatibay at
positibong pag-iisip

Nalulula ako sa pasasalamat

Dahil sa kalusugan, kagalakan, at kapayapaang aking
nararamdaman

Pakiramdam ko ay may araw-araw akong pag-unlad sa
pagmumuni-muni

* * *

Kung hindi dahil sa iyong kahanga-hanga at
nakapagbibigay-inspirasyong mga turo

Ang buhay ko sa mundong ito ay magiging lubhang
limitado

Nais kong pasalamat ka sa iyong espesyal na
atensyon

Na ibinigay niya sa akin sa nakalipas na tatlong taon

* * *

Salamat sa magasin na Espirituwal na Kultura

Kung saan nakakatagpo ako ng biyaya at pagkain para
sa kaluluwa araw-araw

Nagpapasalamat ako sa Diyos na nagpakilala sa akin sa
iyo at sa iyong mga turo

* * *

Gusto kong magpasalamat sa mga liham mo buwan-
buwan

Natagpuan kong puno ng inspirasyon ang huling
mensahe

Kaya't binasa ko ito sa aking mga estudyante sa klase
ng panitikan

Positibo ang kanilang tugon sa nilalaman nito

Ito ay isang masayang okasyon para sa ating lahat
Naantig ako nang husto sa mga ideyang isinama mo sa
liham

Kaya naman gusto ko itong ibahagi sa aking mga
estudyante

Ang mensaheng ito ay nagdulot ng malalim na
pagninilay-nilay

At pagninilay-nilay sa mga lihim ng kaluluwa
Pakiramdam ko ay makakatulong ito sa akin na malutas
ang mga problema

At upang harapin nang matalino at positibo ang mga
karanasan sa buhay

* * *

Ang iyong mga turo ay walang katumbas
Ayokong makaligtaan ang kahit isa sa mga leksyon mo